12-13-A-19

CLAVDII GALENI PERGAMENI, DE SANITATE TVENDA, LIBRI SEX,

THOMA LINACRO
Anglo interprete:

NVPERRIME AD EXEMplar Venetûm recogniti, & diuulgati.

IN VIRTVTE



[illegible]RTVNA.

LVGDVNI,

Apud Guliel. Rouil. Sub ſcuto Veneto.

1559.

BIBLIOTECA NAZ. ROMA VITTORIO EMANUELE
SOC. IESV BIBL.

12-13-A-19

INVICTISSIMO ILLVSTRISSIMO'QVE HENRICO

octauo Angliæ Regi, domino Hyberniæ, ac Walliæ Cornubieq; principi, Thomas Linacrus Medicus.

BIBLIOTECA NA
ROMA
VITT

S. P. D.

CVM MVLTI TIBI quotidie, Henrice regum clariſſime, ſplendore gloriaq; nominis tui allecti, multa, quæ te variè oblectent, certatim afferant: alius generoſos equos, alius inſignes canes, alius aurũ argentúm ve, ſed quorum ingenij cuiuſpiam opus materiam ſuperet: ego cùm eiuſmodi facultatibus minimè abundem, nihil vel

officio meo vel profeſſione dignius inueni, quàm vt tibi ſtudiorum meorum monumentum aliquod dicarem, quò fieret vt ſimul otij, quod per indulgentiam tuam à iuſto tibi miniſterio aliquando ſuffuror, ratio tibi conſtet: ſimul intelligas me non modò horis ijs, quibus te præſens fruor, ſed etiam reliquis omnibus id pro viribus moliri, quod tibi aliquando gratum fore exiſtimem. Delegi igitur potiſſimùm ex ijs, quæ nuper verti, Galeni opus, quod, De ſanitate tuenda, inſcribitur: opus ſcilicet vel autoris merito, vel ſuo, præſtantiſſimum. Quippe autor ipſe tantus in omni medendi arte fuit, vt non immeritò tum patriam ſuam nobilitârit, tum ſeculum illuſtrârit: qui ſummis alioqui viris, qui ante eum, vel condidiſſe artem, vel plurimùm auxiſſe ſunt viſi, omnibus planè, cùm ab Hippocrate diſceſſeris, vmbram ſui nominis claritate induxit: atq; hunc ipſum ſolus nobis ſua partim interpretatione, partim cõmendatione ſerua-

uit

uit: qui, niſi huius fuſa, iucundáq; claritas ſuppetias tuliſſet, vt minimè à nobis intellectus, ita planè fuiſſet neglectus. Poſteris verò adeò omnem laudis materiam in medicina præripuit, vt nihil illis ad laudem reliqui ferè fecerit. Declarant eorum opera, à quibus ſi, quæ ab illo ſunt mutuati, detraxeris: tam pauca ea, quæ reſtant, incultáq; comperias, vt Horatianæ corniculæ exemplo riſum moueant. Atque vtinam tantùm riſum mouerent, ac non ſæpè iuſtiſſimam potius indignationem, cùm multa pernicioſa ſint, multa vitioſè, perperamq; tradita: pleraque omnia, quæ ſcribunt, adeò ambigua, obſcuráq; ſunt, vt poſteà etiam quàm verboſiſſimos interpretes fatigârunt, Oedipi alicuius, Apollini ſve opem adhuc deſiderent. Quo minùs mirum eſt, ſi hic tanta poſteris inuidia fuit, vt ſumma eorum ingenia nonnullum doloris ſui remedium putârint, ſi ex innumerabilibus, quæ ſcripſit, minutias aliquas taxa-

re, & carpere potuerint: quanquàm idem rurſus adeò omnem eorum inuidiam vicit, vt illi ipſi, qui carpere in eo quicquam ſunt auſi, omnes tamen, quò inuidiam ſuam diſſimularent, cum prius laudare ſint coacti: adeò vt, quod quidam ſibi improbiſſimè arrogauit, qui ſe Iatronicen inſcripſit, id huic omnes veriſſimè atteſtemur: qui ſe vniuerſæ virtutes eius æſtimentur, medicos omnes, quiq; priores ſe, quiq; poſteriores fuerint, planè vicit. Opus verò ipſum quanta ſit præſtantia, vel quàmlibet eius dotem expendenti, facilè appareat. Siue (quam curioſius quiſpiam, inquireret) eius originem, quam conſtat ipſam fuiſſe naturam: quæ tantum non viua voce, inſtrumentorum, quæ nobis tribuit officiis, ſummas hic traditæ artis inſinuauit. Siue quibus exculta ſit ingeniis, cum iiſdem, quibus omnis philoſophia, ſpecioſiſſimæq; artium & inuentæ ſunt, & abſolutæ: quippe qui, propterea quòd iis incubuerunt, quæ ſicut animo ſa-

luta

lutaria, ſic corpori fuêre inimica, ab hac ſibi petere auxilium neceſſe habuêre. Siue (quæ mihi ad ſolidam eius laudem magis pertinere videntur) magnitudinem eorum quæ promittit & perficit: quando illud, ſine quo nihil eſt in vita dulce, & quod, non quolibet teſtimonio, ſed Delphici ipſius oraculi, in vita perhibetur optimum, perpetuum ſibi auſcultãtibus præſtat. Siue eius ſupra reliquas medicinæ partes, quæ corpori hominis tuendo ſunt inuentæ, præſtantiam, vel eam, quæ inſtantes morbos præcauet, vel quæ præſentes eliminat. Eas nanque tanto interuallo præcedere intelligetur, quantò ipſius gratia, illarum muneribus multò eſt communior, eoq́ non immeritò deſideratior: cùm ſanitas nulli non ætati, non tempori, ſit expetenda, illarum præſidia tum demum ſint vſui, cùm iam morbus vel minatur, vel vrget. Proindeq́ huius (vt breuiter dicam) bonitas, paci, illarum militum virtuti ſit, quàm ſimillima: quorum

vſum, niſi in bello conſtat nunquam eſſe concupiſcendum. Et autor quidem, atque opus eiuſmodi ſunt. Qui ſi latinitate à me donati, minores fortaſſe cuipiam videbuntur, quàm ſunt à me prædicati, erit id, fateor, infantiæ meæ maximè imputandum: niſi etiam eorum virtuti, vtpote quam pro merito exæquare, nec modeſtus quiſpiam ſperauerit, nec temerarius poſſit. Quo etiam iuſtius & tibi lucubrationes has dicandas cenſui (ex cuius autoritate multum pretij illis acceſſurum non dubitaui, multa enim (vt ille ait) ideò pretioſa ſunt, quòd templis dicata) & à legentibus veniam facilius ſperauerim, ſi ingenuè cedens in ijs, quæ conſequi, nedum euincere non erat, in eo aliquid profeci, quod detrectare non licuit. Nam, vt cum elocutione autoris certandum mihi non fuit, certè rerum fides non erat omni conatu non adeunda: quam præſtiterim nécne, libuit publicum iudicium experiri: idq́; etiam ſub nomine, potiſſimùm tuo.

Quod

Quod tamen vt facerē, animus mihi planè defuiſſet (tametſi me viri doctiſſimi, partim ex Italis, partim ex Germanis & Gallis, præcipuè duo noſtræ ætatis lumina Eraſmus, & Budæus, ad editionem operis crebra appellatione impuliſſent) niſi ſingularis tua, ſpectataq́; omnibus humanitas, boni ſe conſulturam promitteret. Hæc enim præcipua profectò fiducia eſt, quæ ſi me non fruſtrabitur, & literarium hoc munuſculum læta fronte accipies, non mihi modò maiora, quæ premo, edendi animum addideris, ſed etiam alios ex tuis ad multa, quæ te, & ſeculum fortaſſe tuum illuſtrent, ſcribenda excitabis. Diu viuas precor Regū ſplendor, & ſeculi tui decus. Londini XVI. Cal. Quintiles, Anno ſalutis Chriſtianæ M. D. XVII.

LINACRVS AD LECTOREM.

ABSIT, CANDIDE lector, quiſquis in has noſtras lucubrationes eruditior inci deris, vt quod ego rudioribus duntaxat conſulens, minimè de tua erudi tione dubitans, feci, id tu vitio vertas, ac non potius eos, qui te rudiores ſunt, mecum miſeratus, boni conſulas: quòd voces quaſ- dam, quæ apud magnos aliàs autores in multiplici ſunt vſu, & proinde confuſiores pſe eas, quò videlicet Græcis, pro quibus po nuntur, magis æquem, partim adiũcto ali quo diſcernam, partim vnica ferè ſignifi- catione vſurpem: quaſdã rurſus aliquan- do nouem, ſed cum præfatione: & vbi La- tinas non inuenio, quibuſdã Græcis vtar, ſed quæ vſitatam Latinis inclinationem

max

maximè recipiant. Sunt verò (ne me nimium mihi permiſiſſe putes) vniuerſæ quibus veniam ita præfamur, non adeò multæ, feréque hæ: Digerere apud veteres præter alia ſignificata, & pro eo quod eſt διαφορεῖν *Græcè ſumitur, & pro eo quod eſt* ἀναδίδοσθαι. *Sunt & qui pro concoquere (ſicut rude vulgus abutitur) in epiſtola Ciceronis ad Atticum poſitum putent. Nos cùm pro* διαφορεῖν *eo vtimur, verba hæc (per halitum) vel (per ſpiritum) ei adiungimus. Cùm pro* ἀναδίδοσθαι, *verba hæc (in corpus) addimus. Diſcutere præterea veteribus & pro eo quod eſt* τέμνειν, *ſiue* λεπτύνειν, *ſiue* διασκεδάζειν *accipitur: vt Celſo de remedio aduerſus aſpidem: quo ſenſu etiam Diſſipare eodem loco legitur. Et pro* αἴρειν, *ſiue* ἐκβάλλειν, *vt cùm dicitur, febrem diſcuſſit. Nos eo verbo in ſecunda ſignificatione maximè vtimur priorem per diſſecare, vel incidere interpretamur. Rurſus cum* πάθος *recentioribus*

Græcorum & pro eo præter naturam motu, qui extrinſecus aduenit, & pro affectu, qui tali motui ſuccedit, accipiatur nos prius ſignificatum; paſſionis vocabulo reddimus: quod tametſi in frequenti præſertim oratorum vſu non eſt, tamen in naturalibus quæſtionibus legitur apud Senecam. Secundum (quoniam id multiplex eſt) vt in ſecundo de ratione medendi Galenus docet, modò vitium, modò affectum, modò ſymptoma (prout locus poſcit) interpretamur. In vaporis quoque vocabulo Celſus, & Plinius duo illa ἄτμον *&* ἀναθυμίασιν *confundunt. Nobis ſatius eſt viſum, vt, Senecam ſequuti,* ἄτμον *halitum,* ἀναθυμίασιν *vaporem interpretemur. Habitus quoque appellatione ſicubi pro corporea animalis mole (quod corpus quoque Latinè dici non ignoro) non vſus videbor: non eſt quòd magnopere quiſquam miretur, cùm* ἕξεως *quoque vocabulum Galenus eodem modo nouet: quo*

etiam

etiam adeò ſæpè vtimur, vt non abs re for taſſe ſit ita & vertiſſe, & monuiſſe. Iā ſym ptomate, & phlegmone Græcis vtimur: Illo quidem pro innaturali quopiam affe ctu, quod morbos ſuccedit: videlicet ne ſi accidentis vocabulo pro eo vteremur, non haberemus quod συμβεβηκὼς propriè referret: poſteriore verò quoniā inflamma tionem (quod pro eo Celſum poſuiſſe ſcio) pro phlogoſi aptius ponēdum cenſui. Apotherapiam autem & ſymmetriam, ſicuti alia quædam, ob Latinarum vocum deſiderium, Horatij conſilio, & bonorū exem plo, pro Latinis recipimus.

Hæc ſunt eruditiſſime lector, quæ à te ne rudiori fortaſſe imponerem, petere impetraréq; volui. Vale.

Admonendus candidus lector eſt, vbi in hoc volumine verba aliqua huiuſcemodi notis [ ] intercepta ſunt, ſignificare ea iudicio interpretis addita eſſe: quæ in Græco exemplari, quod vnicum habebat, omnino deeſſe ſuſpicabatur.

CLAVDII GALENI DE SANITATE TVENDA LIBER PRIMVS, THOMA LINACRO ANGLO INTERPRETE.

Quæ in primo libro de tuenda ſanitate pertractantur.

Quid eſt ſanitas, atque illius generalis deſcriptio.

Corpus animalis aſſiduè alterari, atque idcirco artem requiri, quæ illius lapſum à naturali habitu emendet.

Corpora ideò alimento indigere, quòd ſemper aliquid ex eorum ſubſtantia defluit.

Quòd neceſſe ſit ex alimentis excremẽta etiam aliqua gigni.

Vbi nequaquam, vel non rectè euacuantur corporis excremẽta, neceſſariò animal ægrotare.

Sanitatem non rem eſſe indiuiduam, ſed latitudinem quandam poſſidere.

Quid de quorundã veterũ opinione ſentiendũ ſit, qui oẽs homines ꝑpetuò ægrotare cẽſebãt.

De

De optima corporis conſtitutione.

Quo pacto quis regere debeat corpus optimè conſtitutum.

Qua ratione infantes ab ipſo ſtatim ortu, vſque ad ætatem adoleſcentiæ regi debeant.

CVM VNA SIT ars, quæ corpori hominis tuendo dicata ſit, vt alibi à nobis oſtenſum eſt: eius primæ, ac maximę partes ſunt duæ, quarum alterã † ſanitatis tuendæ, alteram * morbi profligandi facultatem appelles. Earum contraria inter ſe officia ſunt: ſiquidem illi tueri, huic immutare ſtatum corporis, eſt propoſitum. Quoniam autem & dignitate, & tempore ſanitas morbum præcedit, vtique & nobis quemadmodum hęc ſeruanda ſit, prius tractare conueniet: poſt autem, quo pacto commodiſsimè morbus ſit abigendus. Vtriuſq; facultatis inueniendæ communis ratio eſt, vt, quid'nam ea corporis affectio ſit; quæ ſanitas dicitur, liquidò conſtet: quandoquidem nec præſentem ſeruare, nec amiſſam reſtituere, ſi eã penitus ignores, licet. Scripſimus de hoc alibi, oſtendimúſque, ſimilarium quas vocant, partium ſanitatem, calidi, frigidi, & ſicci ſymme-

triam

† ὑγιεινὸν

* θεραπευτικὴν.

metriam,id eſt,cōueniētiam inter ſe quandam eſſe:Inſtrumētalium verò, ex ſimilarium ipſarū cōpoſitione,numero , magnitudine, figuraq; conſtare. Quare quiſquis hæc cōmodè tueri poſsit , optimus ſanitatis cuſtos fuerit. Tuebitur hæc qui modos omnes,quibus vitiātur, cōpertos priùs habuerit.Sicuti enim,ſi impatibile nobis,nec vlli affectioni obnoxiū corpus eſſet, nullam deſideraret artē,quæ eius tutelæ præeſſet:ita nunc quū numeroſiſsimis affectibus expoſitū ſit, certā ſibi depoſcit artem, quæ & omnia eius incōmoda perſpicere, & ipſum ab iis tueri poſsit. Sanè quæ corpus noſtrū lædunt,corrumpuntq;, ea ſunt genere duplicia:altera nobiſcū cōgenita, & quæ vitare nequeas,quæq; ex ipſis generationis principiis,veluti radice oriuntur: altera,quæ & declinare poſsis,& orta à nobis non ſunt,quæ tamen non minùs quàm illa corpus noſtrum cōficiunt:quorū vtraque iam ſeorſum diſtinguemus. Sanguis, ſemēq; genitale generationis noſtræ primordia ſunt:ille ceu materies quædā apta, concinnaq;, & opifici ad quiduis ſequax: hoc,opificis rationē obtinens.Conſtat horum vtrunq; ex iiſdem genere elementis, humido,ſicco, calido & frigido:aut,ſi mauis ab eſſentia ſumptis nominibus,quàm à

qualita

qualitate nominaſſe, aqua, terra, igni & aëre: ſic enim demonſtratum nobis eſt in eo libro, quem de elementis ex Hippocratis ſententia ſcripſimus. Diſsident hæc inter ſeipſa temperamenti mẽſura: ſiquidem in ſemine plus eſt igneæ ſubſtantiæ, atque aëreæ: in ſanguine, aqueæ, terreæq́;. Quanquam præpolleat in hoc quoq;, & calidum frigido, & humidum ſicco. Eóq; fit, vt non ſiccus ſicut oſſa, pilúſve, ſed humidus meritò dicatur. At ſemen ſanguine ſiccius quidem eſt: cæterũ ipſum quoq; humidũ, fluxileque eſt. Atq; ita nobis vtrinq; ex humida ſubſtantia geniture origo proficiſcitur. hanc tamen humidam ſeruari non erat, ſi modo ex ea nerui, arteriæ, venæ, oſſa, cartilagines, mẽbranulæ, & alia id genns fieri deberent. Ergo ſtatim in generationis initio, cõiectum copioſius oportuit elementum id, quod ſiccãdi vim haberet: eſt verò id natura quidem maximè ignis, ſed tamẽ & terra: eſt enim ea quoq; res ſicca: verùm huius plus immiſceri principiis non erat, ſi modò hæc humida erãt futura. Ignis certè quominus plus ſit admiſtum, nec obſtat quicquam: & ſanè admiſtum eſt tãto planè plus in vtroq; principio, quantum nec iam torreat, vrátve, & tamen abundè ſiccet. Quippe etiam tãtus calor adhibitus agili-

tatẽ præſtare ad motiones ſat erat. Ab hoc igitur primùm cogitur, paulumq́; concreſcit, quod in vtero cõceptũ eſt: mox ſiccius redditũ, veluti lineamenta quædã, & rudimenta cuiuſque membri obtinet. Vlterius verò etiã ſicceſcens, non lineamenta rudimentáve modò, ſed etiam exactam vniuſcuiuſq; ſpeciem oſtẽdit. Iam verò in lucem editum, & magnitudine proficit, & tum ſiccius, tum valentius ſemper efficitur, donec ad ſummũ incrementum (ἀκμὴν Græci vocant) ſit peruentum. Tum verò & incrementum omne ſiſtitur, oſsibus nimirũ ipſis per ſiccitatem non vltra ſequacibus: & ſanguinis, ſpiritusq́; vaſa, ſpiritus ipſius flatu in latum agũtur: cuncta deniq; mẽbra non ſolùm robuſta fiũt, ſed etiã vires ſuas ſummas obtinent. In eo verò quod ſequitur tẽpore, omnibus iam partibus ſupra iuſtum ſicceſcentibus, non ſolùm cuiuſq; officium minus probè adminiſtratur, ſed etiam corpus ipſum macilentius, graciliusq́ue quàm antè, redditur. Ergo vltra ſiccatũ, nõ macilẽtius modò, verũetiam rugoſum efficitur. Artus quoque ipſi inualidi, atque ad motus ſuos incerti, incõſtantesq́; probantur. Affectio hæc [in animalibus] ſeniũ appellatur, ei quæ in ſtirpibus ἄναυσις Græcè dicitur, proportione reſpondens. Eſt enim, & illa

ſtirpis

ſtirpis ſeniũ, ſiccitatis exceſſu proueniens. Vna igitur hæc eſt omni genito corpori corruptelæ,interitusq́; connata neceſsitas. Altera eſt,quæ etiam in animalibus præcipuè cernitur,totius ſubſtantiæ fluor, quem inſitus calor excitat. Hæc itaq; incõmoda nullũ,quod genitũ ſit, corpus effugere poteſt:reliqua quæ hæc ſequũtur, prouidẽtia, concilioq; certè poteſt.Porrò his quoq; nõ aliunde origo eſt, quàm ex ipſis iam dictis incommodis corrigendis, atque ſarciẽdis. Nam quũ tota moles animalium in perpetuo fluore ſit, ni ſimilis altera ſubſtantia pro ea quæ defluxit,reſtituta ſit,euaporabitur certè,atque diſsipabitur vniuerſa.Quò factum arbitror, vt natura nõ animalibus modò,verumetiam ſtirpibus, inſitas quaſdam vires deficientis, ac deſiderati ſemper appetentes, ab initio ſtatim dederit. Non enim,veſci,bibere, aut reſpirare à quoquã vſquam diſcimus,ſed ſtatim à principio facultates nobis habemus,quę hæc omnia citra docentem perficiant.Cibo igitur quicquid ſiccioris ſubſtantiæ effluxit, reſtituimus : potione quicquid humidioris, atque ad priſtinam ita ſymmetriam ambo reducimus.Ita verò & aëreæ, igneæq́; ſubſtantiæ modum, reſpiratu, arteriarumq́; pulſu tuemur. De quibus omnibus etiã ſingulatim

tim dictum nobis in aliis voluminibus eſt: nec à præſenti diſputatione alienũ cenſemus, vt quæ ibi demonſtrata ſunt, ad ſanitatis tuendæ artẽ hypotheſeos loco poſitis, ſicque deinceps ſunt, aggrediamur. Quum enim quotidie propter inſitum ipſis calorem, cunctis animalibus nonnulla ſubſtantiæ portio defluit, nec eſt aliter huius iuſtũ ſeruaſſe modum, quàm cibi, potionis, reſpirationis, & arteriarum motus ope: neceſſe eſt ex his cõtrahi excrementorum prouentum. Nam ſi quale erat ipſum quod effluxit, tale prorſus adiungere agglutinareq; ei per totum liceret, optimum id, ſaluberrimúmq; planè eſſet. Verùm vbi quod ſingulis particulis defluit, tale natura eſt, qualis ipſa eſt particula, nihil autẽ eorum quæ eduntur, bibuntúrve, eiuſmodi prorſus eſt, neceſſariũ naturæ fuit, prius ea mutare, & concoquere, & quàm fieri maximè potuit, efficere corpori alendo, reſtituendoq; ſimilia. In quo opere ſi quid nec confectum, nec prorſus aſsimilatum eſt, id corpori nec adnaſcitur, accreſcítve, & per ipſius laxiora intus ſpatia, tãquam ſuperuacaneum errat, vnde nomen quoq; rectè à maioribus ei rei περίττωμα Græcè eſt inditum. Quum igitur eſſe, bibereq; neceſſaria animantibus ſint, has autem res ſubſequitur excre-

men

mentorum generatio, natura non ſolùm ipſis excernendis excludendiſq; inſtrumēta inſtituit verumetiam inſtrumentis ipſis facultates inſeruit, quibus incitata, quædā ad ſe trahunt, * quædam aliis trāſmittunt, quædam excrementa expellunt. Porrò hęc quò corpus ſemper mundum, atq; excrementis vacuū ſeruetur, nec obſtrui aliquatenus, nec ad proprias functiones imbecilla eſſe oportet. Atq; ita geminum iam ſcopū ſalubris victus, ſermo noſter expoſuit: alterum eius, quod exhauſtum eſt, reficiēdi: alterum excrementa expellēdi. Tertius nanq; qui huc ſpectat, ne animal præproperè ſeneſcat, duos iam dictos neceſſariò comitatur. Si enim in neutro ſit erratum, nec quod exhauſtum eſt reſtituendo, nec excrementis expellendis, & ſanitate interim corpus fruetur, & vigoris tenorem quàm longiſsimè ſeruabit. Verùm de hoc poſteà procedēte ſermone dicetur. Nunc quod reliquū eſt eorū, quæ ab initio diſſerere propoſuimus: * adiiciam: quò ſanitatis tuēdæ ſcopos, quot, qualeſq; ſint, clariùs diſtinguam. Illud arbitror, iam diximus: Sī corpus noſtrum impatibile, omniſq; affectionis expers eſſet, ſicut adamas, aut quiduis id genus, minimè artē vllam requireret, quæ ei tuendo præſideret. Sed quoniam

In Græ. cod. impreſsis deſideratur τὰ δὲ πέττει, quædam concoquunt, quod habetur in antiquis.

cap. 4.

** Mēdosè legitur in Græc. cod. impreſsis καταβώσομεν. i. de-*

BIBLIOTECA NAZ. ROMA. VITTORIO EMANUELE

ponã, pro προσθῶμεν vt eſt in antiquis.

niam duplices corruptionis cauſas, alteras internas, & à ſe, alteras extrinſecus incidentes habet: neceſſe eſt curam, prouidentiamque non paruam deſideret. Et ex ſe quidem duplici ratione conſumi corpus indicauimus: vna, quòd vel ætatis curſu, vel aſsiduo ſubſtantiæ fluore, ad interitum tendat: altera, quæ vtique eſum, potionemque conſequitur, ipſo excrementorum prouentu, atque ex ſe quidem ita corrumpitur. Eorum verò quæ extrinſecus incidunt vnum certè eſt, quod ſeparari ab eo non poteſt, quodque illi perpetuò, & (vt ita dicam) veluti connatum adhæret, aër ipſe ambiens. Alia nec neceſſariò & incertis temporibus nobis accedunt. Ille (nempe qui circunfunditur aër) nos † lædit, vel quòd calidos immodicè, vel quòd frigidos, vel quòd ſiccos, vel quòd humidos efficit. Hæc, quòd contundunt, quòd diuellunt, quòd vulnerant, vel quòd articulum aliquem loco mouent. Oritur hoc loco logica quædam diſputatio, quæ in vtramque partem rationes habet: aliis horum omnium curam ad ſanitatis tuendæ artem pertinere affirmantibus: aliis, eorum tantùm, quæ calefaciant, refrigerent, humectent, aut ſiccent. Non enim ſi qui colliſu, vulnere,

† Mẽdosè legitur in Græc. cod. impreſſis, βλάπ]οντα, pro βλάπτον.

aut

aut ſimili quopiam affectu, à naturali habitu ſit emotum, id ſtatim aut noſſe, aut declinaſſe, vllius eſſe artis munus. Ego verò de problematis id genus agendum mihi non ſtatui: ſed quod vtraque pars vltrò concedit, eo accepto, ad propoſitum reuertar. Illud ergo confeſſum vtrique arbitror, quæ vulnere, vel illiſu, vel ſimili aliqua ratione ſanitatem lædunt, aut corrumpunt, † omnibus eſſe nota: quæ calefaciendo, vel refrigerando, vel madefaciendo, vel ſiccando, non omnibus. Ergo ne nos quidem quicquam ab officio alienum feciſſe videbimur, ſi, quæ omnibus nota ſunt, prætermiſsis, ad ea quæ parum nota ſunt, potius vertamur: quando minimè propoſitum eſt, hoc ſaltem opere, ſophiſticos cauillos diluere, ſed potius quo pacto quis in valetudinem minimè incidat, docere. Rurſus igitur ad proprium initium ſermonem reuocemus, ac diligentius adhuc, quæ pro hypotheſi ſunt habenda, commemoremus. Primùm ergo ad præſentium contemplationem, pro hypotheſi præſumptum eſto: Sanitatem non eſſe abſolutè elementorum, ex quibus conſtamus, aut medium temperamentum (quam eucraſiam vocant) aut debitam conuenientiam, quam ſymmetriam appellant,

† Μὲ δόσε legitur in Græ. codi. impreßis, ἅπαντα τοῖς ἀνθρώποις, pro ἅπασιν ἀνθρώποις.

lãt,quemadmodum omnibus ferè,qui ante nos ſcripſerunt,viſum eſt:ſed eã duntaxat,quæ ſimilariũ eſt partium, vt alibi demonſtrauimus. Secundo loco illud quoq;, quod alibi non minus demonſtrauimus præſumptum pro hypotheſi eſto : nempe inſtrumentalium ſanitatem in figura , numero,magnitudine,ac compoſitione ſimilarium conſiſtere. Tertio functionibus ſecundũ naturam obeũdis,ſanitatis habitum diſcerni. Poſtremò, ſanitatẽ quãdam optimam eſſe,&(vt ſic dicam) conſummatam atque ſummam, quandã ceu deficiẽtem ab hac,nec planè abſolutam, perfectámve,atque hanc etiam latitudinem habere non paruam. Hæc quoque pro hypotheſi hoc loco ſint,quæ alibi nobis certiſsimis rationibus iam firmata, nunc quoque nihilo ſecius ſunt demonſtranda.Maximè verò velim, qui his ſtudere voluerit, eum librum legat,in quo illud inueſtigamus: cuius artis pars ſit ea , quæ ſanitatis tuendæ curam profitetur.Is liber inſcriptus Thraſybulus eſt. Prætereà eum quẽ de optimo corporis noſtri Statu ſcripſimus.item quem de Eue- xia , id eſt bono corporis habitu. Sunt hi breues ambo libelli, quos ſi perlegerit,qui ad hæc accedet , facillimè cõſequetur quæ mox dicentur. Dictũ iam nobis eſt priùs.

etiam

etiam eum librũ,qui de Elementis, ſecundum Hippocratem, inſcriptus eſt,neceſſarium ad præſentem diſputationem eſſe. Quod opus ſequuntur, tum id, quod de optima corporis Conſtitutione,tũ id,quod de Euexia conſcripſimus.Ab his hypotheſibus veluti fundamentis operis iactis, hinc alicunde ſanitatis tuendæ tractatio incipiẽda erit. Quum ſanitas ſymmetria quædam ſit, ſymmetria omnis duplici ratione non ſolũ perficitur:ſed etiam dicitur, aliâs quæ ad ſummum peruenit, & verè prorſusque ſymmetria eſt: aliàs quæ ab huius abſolutione perfectioneque paulum deficit: vtique & ſanitas ſymmetria duplex quædam fuerit: hæc quidem exacta, optima, abſoluta, & ſumma: illa paulò ab hac deficiens,non tamen eatenus,vt animali ſit grauis. Exiſtit & hoc loco logica potiùs, quàm ex vſu artis dubitatio quædam, negantibus quibuſdam alium alio magis eſſe ſanum, aut eſſe eius affectus quam ſanitatem dicimus, notabilem vllã latitudinem, †ſed vnicam eſſe eam affirmãtibus,& quæ ad vnguem ſit exacta, nec maioris, minoriſque ratione diuidua. Mihi verò ſicuti album corpus aliud magis, aliud minùs album cernitur: ita & quod ſanum dicimus, magis,minusq; tale eſſe videtur.Cuius rei

cap. 5.

† *Mẽdosè legitur in Græc.cod. impreßis* ἀλλ' ἄν, *pro* ἀλλ' ἕν

duplex demonſtratio eſt: Vna, quæ ex ea mutatione accipitur, quæ per ætatum vices cernitur. Poſteà nanque quàm editum animal in lucem eſt, perpetuò mutari eius temperamentum (vt antè propoſuimus) eſt neceſſe. Quare ſi in temperamenti qualitate ſanitas cõſtituitur, qualitas autem ipſa non permanet eadem, nec ipſam ſanitatem eandem ſeruari eſt poſsibile. Altera non minùs euidens demonſtratio, ab ipſa ſumitur actionis differentia. Si quidem nec qui ſani ſunt omnes oculis æquè cernunt, ſed alij perſpicacius, alij obtuſius: nec auribus pari modo audiunt, imò hîc quoque magna eſt in exceſſu defectúque diuerſitas: ſed nec pedibus ſimiliter currunt, nec manibus apprehendunt, nec reliquorum denique membrorum munia ſimiliter obeunt. ſed hic probius, ille deterius. Si itaque actionum diuerſitas, pro temperamenti modo reſpondet, cogit planè ratio, vt totidem ſint temperamentorum diuerſitates, quot ſunt functionum differentiæ. Quòd ſi quis κατασκευῶν, id eſt conſtitutionum, vel ſtatuum potius, quàm temperamentorum dicendum putat, quò vtique in omnem ſectam ratio quadret, ita nimirum colligat, licet: Sanitas omni

ſectæ

ſectæ ſymmetria quædam eſt: nobis calidi frigidi, humidi, ſicci, aliis, corpuſculorum, & meatuum quos ὄγκους καὶ πόρους Græcè vocant; aliis, inſectilium, vel incompactilium, vel partium † diſsimilarium ſimilariúmve, vel deniq; primorum elemẽtorum cuiuſcunq;: ſed ſecundum cuiuſque ſectæ opinionem, pro ipſorũ modo, membrorum noſtrorum actiones reddimus. Si itaque varia eduntur opera, vtique varia eſt & elemẽtorum in ſingulis ſymmetria, quam eſſe ſanitatem ſuprà propoſuimus. Quin & citra omnem elementi mentionem, hoc pacto colligas licet: Si membrorum conſtitutioni functiones ſuæ reſpondent, quotquot harum varietates dabuntur, totidem nimirum & conſtitutiones erunt, atqui reſpondent conſtitutionibus opera, erunt ergo, neceſſe eſt, tot conſtitutionum diſcrimina, quot ſunt functionum differentiæ: ſunt verò hæ numeroſæ, quare erunt & conſtitutiones [hæ æquè multæ.] Si ergo omnium qui ſani ſunt membrorum conſtitutio in ſymmetria conſiſtit, conſtitutiones autem ipſæ variæ ſunt, quandoquidem functiones ſunt variæ, vtique multæ, variæque ipſarum conſtitutionum ſymmetriæ erunt.

† Mẽdosè legitur in Græcæ. ed. impreſsis ἀμερῶν, pro ἀνμερῶν.

†Qua

† Quare etiam ſanitates multæ variæque, [non ipſa cõmuni omnium forma, vnde dictæ ſanitates ſunt, ſed maioris, minoriſq; ratione inter ſe diſsidentes]. Sicuti enim niuis cãdor, ab eo qui in lacte viſitur quatenus candor eſt non diſsidet, maioris *minoriſque ratione diſsidet: ita & Achillis, verbi gratia, ſanitas, ab ipſa quæ in Therſite eſt, quatenus ſanitas, non differt, ſed eſt cum ipſa eadem: altero quopiam ab ea differt. Id verò alterum, aliud planè nihil eſt, quàm maioris, minoriſque ratio.

† In Græcis codi. impreſsis legitur καὶ μὴν εἰ διαφέρουσιν ἀλλήλων αἱ κατὰ μέρος ὑγιέαι, ἤτοι κατὰ τὸ κοινὸν ἁπάσαις εἶδος ἀφ' οὗπερ ὑγίειαι λέγονται διοίσουσιν, ἢ κατὰ τὸ μᾶλλόν τε καὶ ἧττον ἀλλήλων διαφέρουσιν; deeſt autem in impreſsis reliquum iſtius ſententiæ. quæ verba in veteri Græco codi. adijciuntur ſic: ἀλλὰ μὴν οὐ κατὰ τὸ κοινὸν εἶδος: ἀδιάφοροι γάρ εἰσιν αἱ ὑγίειαι, κατὰ τὸ μᾶλλον ἄρα καὶ ἧττον ἀλλήλων διαφέρουσιν, vt locus ita vertendus ſit: Atqui ſi inuicem differunt particulàtim ſanitates, vel per formam omnibus communẽ diſtant, ob quam ſanitates appellantur: vel per magis, & minus inter ſe differunt. Cæterũ per communem formam nequaquàm: nullam enim differentiam inuicẽ habent ſanitates. Igitur per magis, & minus inuicẽ differunt. Prima autẽ verba καὶ μὴν In Aldino mendosè leguntur καὶ μή, quam lectionem ſecutus eſt interpres.

**In Græcis impreſsis deſideratur καὶ ἧττον, quod habetur in antiquis.*

Neque

Neque enim eſt quod quiſquam dicat, nō edi ab omnibus hominibus varias actiones, neque aliunde diſsimilitudinem hanc naſci, quàm ex ipſa conſtitutione, vnde actio proficiſcitur. Quòd ſi quis eos duntaxat ſanos eſſe contendat, quorum ſingula membra functiones ſuas obeunt abſolutiſſimè, cæteros, qui minùs probè ſint affecti, non eſſe ſanos, ſciat is ſe vniuerſæ tractationis, quæ de ſanitate tuenda inſtituitur, fundamentum ſubuertere. Si enim huic propoſitum eſt ſeruare, tueriq; eam quam ab initio accepit ſanitatem (nemo autem noſtrûm ſanus eſt) luce clarius fit, inutilem irritamq; fore, quam nunc de ſanitate tuenda artē inſtituimus. Itaq; nec quærenda nobis talis vlla eſt, ſed planè ſilētio prætereunda, ſermoq; iamiam finiendus. Omnes ergo eiuſmodi difficultates ſubmouet ipſius veritatis cognitio. Non enim abſoluta ipſa tantū, quæ inſectilis eſt, ſimul eſt, & dicitur ſanitas, verū etiā quæ ab hac deficit: modò tamē vſibus noſtris adhuc non ſit inepta. Quippe ſanitatē omnes requirimus, tum ad vitæ functiones, quas planè morbi impediūt, atque auferūt: tum verò, vt moleſtia careamus, angimur enim doloribus non leuiter. Eā verò corporis conſtitutionem, in qua nec doloribus cruciamur,

mur, nec in vitæ actionibus impedimur, ſanitatem appellamus: quã ſi quis alio nomine appellare malit, nihilo plus ex ea re cõſequetur: ſicut nec qui ἀειπάθειαν, id eſt perpetuam inualetudinẽ inuehunt. Quippe ſi hanc propterea inueherẽt, quòd omne genitum corpus, ſicuti genituræ, ſic etiã interitus cauſas, ab initio ſecũ natas habet, ſicuti à nobis antè demonſtratũ eſt, vtiq; laudati à nobis eſſent, tanquã & vera, & antiqua dogmata profeſsi. Nunc, quũ iuxta ſanorum ægrotantiumq; corporũ cõſtitutiones eaſdem eſſe ſpecie decernunt, nec autores laudo, nec placitum probo: quũ lõgè melius exiſtimem, ſatis amplam latitudinẽ ſanitati tribuere, quàm omnes homines perpetuò vrgentibus morbis premi. Qui, etſi eſſe in nobis omnium morborũ ſemina dicant: tamen fatentur ipſi, ea tam eſſe parua, vt ſenſum noſtrum omnino effugiãt. Eſto igitur, ſi velint; doloris quiſpiam in nobis affectus, verũ tam exiguus, inſenſibiliſque, vt minimè officiat. Sunto (ſi libet) & febres, ſed adeò leues, vt neque ſenſum ſui vllum afferant, liceatq; per eas, & negotiis publicis, priuatiſque perfungi, & balneo vti, eſſeq; & bibere ac reliqua, quæ opus ſunt, peragere. Quippe facultas ad neceſſarios vſus minimè impedita, ſanitatem

tem potius determinat. Nõ enim functionum imbecillitas morbi ſtatim nota eſt, abſolutè ita, citraq; exceptionem loquenti, niſi adiectũ ſit, quæ præter naturã cuiuſq; ſit. Si quidē omnes (arbitror) & cernimus malè, ſi cum aquilis, & lynce cõparemur: & confuſè, oblæſeq; audimus, ſi cum Melãpode: & pedibus parum valemus, ſi cũ Iphiclo: & manibus, ſi cum Milone cõferamur quouis denique membro propè mutili videamur, ſi cũ iis qui hoc ipſo maximè valent, cõparemur. Quis igitur noſtrũ ſe non probè oculatũ exiſtimet, ſi formicas duûm ſtadiorum interuallo non cernat? Aut quis auritum ſe parũ rectè putet, ſi quod ſexaginta ſtadiis abeſt, non exaudiat? At ſi quis literas hac pagella deſcriptas, rectè nõ cernat, is iam oculos meritò accuſet: nõ tamē ſi quatuor has ipſas cubitis adiunctas non peruideat: niſi fortè ea priùs oculorũ acie fuit, qua vel has cerneret. Sic enim (arbitror) accuſet, dicatq; meritò quod omnibꝰ hominibꝰ dici aſſolet: nēpe hoc prius feciſſe, nũc idē facere nõ poſſe: hũc enim morbo aliquo teneri dicemus, ſiquidē ſenectutis vitio imbecillitas ea nõ incidit: quanuis ſunt q̃ ſenectutē quoq; ipſam morbũ eſſe velint. Cęteros qbꝰ natura nõ dedit, vt acutè videãt, aut audiãt, aut celeriter currãt,

aut

aut alia id genus validè, ſtrenueq; obeant, neque morbo teneri,neque in totum præter naturum ſe habere cenſebimus:Omnis ſiquidem morbus præter naturam eſt,hi ſe præter naturam planè nõ habẽt, ſicuti nec ſenes. Non igitur abſolutè citraque exceptionem ſanos,ægrosq; ſunctionum firmitate,infirmitateque iudicandum : ſed ſanis verba illa,ſecundũ naturã: ægris illa, præter naturam, adiici oportebit:vt ſit nimirũ ſanitas affectio naturalis actionem perficiens,contrà,morbus affectio præter naturam actionem impediens. Neque enim ſi affectus ſecũdũ naturã ſe habeat,continuò etiam ſanitas exiſtit. Eſt enim affectus ſecundũ naturã,tum Aegyptiorum nigritia, tum Gallorum cãdor, tum Scytharum rufus color: quorum tamen nullũ eſt ſanitas, quum ea omnino in colore non conſiſtat. Neque, ſi præter naturam ſe habeat, protinus morbus eſt: quãdo ita vel ex ſole nigritia, vel ex diutina vmbratili conſuetudine,cõtractus candor,morbus ſit : ſed adiecisſe oportet ſanitatis notioni, quòd cauſæ ratione ad aliquod opus edendum obtineat: morbi verò notioni, quòd actioni incommodet.Verùm de his alibi dictum à nobis locupletiùs eſt, ad præſentẽ diſputationem illud ſolũ ſumpſiſſe ſufficiat, per-

magnam ſanitatis latitudinem eſſe, nec eã in omnibus nobis æqualiter prorſus ineſſe. Quòd ſi cui violẽtũ appareat ἐυκρασίας, id eſt, medii temperamẽti nomine cẽſeri, quod medio ad vnguem tẽperamento non ſit: is, quæſo, reliquorum in vita nominum vſum ad memoriam reuocet, vbi & potionẽ, & balneũ, ἔυκρατον, hoc eſt, temperatũ dicimus, nõ ſolùm quum alterum huic, alterum illi tale eſt, ſed etiam quum ad eundem hominem in latitudine tale eſt. Nam ſi auerſo paululũ qui biberit, iniecerit quis in calicem calidæ, frigidæ've exiguũ, nullam mediocris temperamenti mutationẽ deprehendet. Atqui ſi quod tẽperatum eſt ita exigis ad vnguem, vt omnino indiuiſibile inſectileq; ſit: haudquaquam iniecto vel calidæ vel gelidæ minimo, temperatũ eſſe videbitur. Ad eundem modum, neque ſi quis in natationem temperatã, frigidæ puſillũ iniecerit, vtilitatem eius protinus corruperit. Quin ambientem quoque nos aërem temperatum dicimus, etiam ſi in alterutram partẽ paululũ ſit propenſus. Deniq; quid miri, ſi ἐυκρασίαν in ſatis amplam latitudinem extẽdũt vniuerſi? quando & in lyris conſonantiã ipſam, quæ ſumma exactiſsimaq; ſit, vnicã atq; inſectilẽ eſſe probabile ſit, quæ in vſus hominũ veniat, certè

latitudinem habeat. Sæpe nanq; quàm percõmodè tẽperaſſe videaris, alter ſuperueniens Muſicus† exactè tẽperauit. Siquidem nobis ad omnia vitæ* munia ſenſus vbique iudex eſt. Quare ipſo etiã eucraſiã dyſcraſiamq; iudicabimus. Pari modo actionis vitium cuiuſq; præter naturam ſuã malè habẽtis mẽbri, non antè morbũ decernemus, quàm ad ſenſibilẽ magnitudinẽ peruenerit, Nec quicquã, vt ad rẽ propoſitã, ne hîc quidem referat, ipſámne læſam actionem, an affectũ, cuius vitio læditur, morbũ dixeris, ſicuti nec ſiue quis affectionem, ſiue conſtitutionem appellaſſe malit. Dictum à nobis alibi & de his eſt, & ſimul euidentibus rationibus confirmatũ, tũ morbũ, tum ſanitatem in corporis affectione, conſtitutioneq; cõſiſtere, minimè in actione, actionísve læſione. Cæterùm, ex horũ moroſa perpẽſione, diſcuſsioneq;, parũ vel ad valetudinẽ tuendã, vel ad morbũ ſubmouẽdum iuuamur: quũ illud modò nouiſſe ſatis ſit, corporis cõſtitutionẽ, quæ cauſæ rationem reſpectu actionis obtinet, vtriuſq; facultatis ſcopum eſſe, & eius, quæ ſanitatẽ tuendam, & eius, quæ morbum profligandum profitetur: quippe quum hãc, & præſentem ſeruare, & amiſſam reſtituere, propoſitum nobis ſit. Actiones verò conſtitutionẽ corpor

† *Aptius legitur in veteri* ἀκριβέστερον, *id eſt, exactius.*

* *Mendoſè legitur in græ. co. impreſ.* χρέαν *pro* χρέιας.

poris neceſſariò ſequuntur eã, quæ proba eſt,inculpatæ probæq́; : quæ cõtrà eſt, culpabiles,ac vitioſæ. Quare quoniã id,quod ope noſtra ſeruatur,reſtituiturq́;, affectio quędam corporis,conſtitutioq́; eſt:eã verò ex neceſsitate functionum ſequitur[bonitas.] Ad præſentem certè diſputationẽ parũ attineat,functionúmne,an conſtitutionũ in genere morbus ſanitasq́; collocanda ſit, inquiras:id potius attinet, vt illud pro hypotheſi ſumẽtes,quòd in naturali corporis noſtri cõſtitutiõe illa ſeruãda maximè ſunt,quorũ beneficio functiones obeamus: ac illud memoria repetẽtes, ꝙ ſimilarium quidẽ partiũ eucraſia [inſtrumẽtaliũ] forma,poſitura,numerus, & magnitudo functionũ ſunt cauſæ,preterea quòd hæc omnia in latitudine quadã ſpectãtur:etiam in ſingulis hominibus ſeorſum , quæ reliqua ſunt,perſequamur. Ad quæ ſanè non paruã cõmoditatẽ affert latitudo horum proſpecta,nã quũ eucraſia duplex omnino ſit: altera,quæ in animãtiũ ſaltẽ corpore , cogitatione potius vſurpetur,quàm ſolidè ſubſiſtat: Altera , quæ in ſanis omnibus ſubſiſtit,atq; apparet. Hãc rurſus à nobis diuidi par eſt,quippe in qua non parua diuerſitas inuenietur. id quã ſit verũ,vel ex ipſis ætatibus maximè deprehendas. Quum enim

[In Græc. codi. deſideratur.

ad omnem volūtate ſuſceptam actionem adoleſcentiū ætas ſit aptiſsima : infantium certè,ſenumq; minus ad hãc eſt apta: propterea quòd illis humor,his ſiccitas, frigiditasq; nimis abundat. In aliis tamen functionibus,quas naturales appellamus , veluti auctione,cōcoctione,diſtributione, & nutritione infantes planè cæteris ætatibus longè præſtãt.Neq; tamen eò ſecius oībus per oēs ætates licet eſſe ſanis.Ergo quēadmodū in ætatū diuerſitate ſe habet,ita etiã in naturalis habitus differētiis, immēſum quantū tēperamentorū diſcrimē inuenias: vt duorū,exēpli gratia, ſimilis ætatis puerorū,hunc altero lōgè humidiorē,illū ſicciorē,pari modo hunc calidiorē,illū frigidiorē. Quibuſcūq; igitur corporibus multò ſupra iuſtū calidis,frigidis, humidis,aut ſiccis eſſe cōtingit,iis planè optima temperies non eſt,In quibus autē ab eo quod abſolutiſsimè temperatū eſt, diuerſitas quædã intelligitur,minor tamē quàm quæ ſenſu diſcerni poſsit,hæc certè quod ad vſum pertinet,pro abſolutiſsimis accipimus, ita vt ſanitatis,quã in latitudine contēplamur, hæc quidem medii ſit tēperamēti,nec vlli vitio obnoxia,quod ſaltem ſenſu percipiatur:hæc ceu intemperata vitioq; expoſita. Huius ſententiæ euidētiſsima indicia ſunt,

diſ

diſcrimina: quæ in gracilibus corpulẽtíſq; notãtur: quippe quorum cõtrarias habitudines ex contrariis tẽperamẽtis ortas eſſe neceſſe eſt. Sicuti igitur nec nimium gracile corpus probamus, nec quod valde eſt obeſum: ita nec temperamenta eorũ planè laudabimus, tametſi vtrunq; quammaximè ſanum eſſe cõſpicimus. Sed quæ in medio horum habitudines ſunt, ἔυσαρκοι Græcis dictæ, ſicuti ipſæ debitam partium conuenientiã, ſpeciemq́; inculpatã habent: ita id totũ cõueniẽtis, laudabiliſq; tẽperamẽti beneficio acceptũ ferũt. Tales ergo corporũ habitus, ſi veritatẽ ipſam ad vnguẽ exigas, abſoluta ſaltem, exactaq́; temperie, ne ipſos quidẽ tẽperatos dixeris. Verùm quod ſenſu iudicetur, atque ad vſum ſit ſatis non inculpabiles ſolùm, ſed etiã optimos cenſueris. Sanè indiciũ euidẽs eſt, ne ipſos quidẽ exactiſsimũ temperamẽtũ conſecutos, ex eo ꝙ nunquã eodẽ ſtatu permaneãt, ſed primam ætatum ipſarũ mutationem recipiunt, nulla harũ eundẽ perpetuò tenorem ſeruãte, ſed ſemper ad ſiccius tendente: alteram, quæ ſomni ac vigiliarum, quietis & motus, cum motus ipſius differentiarum: adhæc bibendi, ſitiendi, edendi, eſuriendi, ciborũ potioniſq; copiæ, aut inopiæ, præterea balnei, iracũdiæ, ſtudii, doloris, oĩm

talium occaſione proueniunt,quæ tantùm nõ omni momento temperamentũ immutant. Quis igitur in tanta mutatione optimum vndecunq; temperamentũ inuenire ſe ſperet?quippe quod,ſi cui vnquã optima natura prædito cõtigit,certè ne momento quidem durauit. Adeò mihi ſanè admirari ſubit eorum opinionẽ,qui ſanitatẽ, eucraſiamq́; citra omnẽ latitudinẽ, vnicãq́; eſſe contendũt:nec,ſi quid ab hac paulò diſceſſit,vtiq; ſanitatẽ eſſe. Qua nimirùm ſententia ἀσπάθειαν obiter imprudẽtes inuehũt: diſputantq́; de re, aut nũnquam planè viſa in animalis corpore;aut; ſi quãdo viſa eſt, ne minimum quidẽ tẽpus durante. His ergo quam ſomniant ſanitatẽ, ipſis ſeruandam linquimus:nos interim ad eas,quæ in aperto ſunt,reuertimur. Quarum quũ duplicem ſtatuamus ſubſtantiã, [vnã de qua

[*Hac in Græc. non habentur.*

planè queri nõ ſit,alteram de qua queri liceat,] de qua modò verba fecimus, ſuum vtriq; ſcopum reddamus. Nẽpe ei quã inculpatam diximus, exactam, abſolutamq́; planè,quod vtiquè ſenſu aduerti poſſit,cuſtodiam:alteri, de qua cõquerare, nõ exactam. Quippe intemperies,quæ intra ſanitatis sũt terminos,corrigere oportebit, ita vt quæ iuſto ſicciores natura ſunt,hũidiores reddas:quæ humidiores ſunt,ſicciores.

Pari

Pari modo,quæ frigidiores ſunt,vt harum exceſſum caſtiges:quæ calidiores,earũ ſuperantiã ad moderatius reuoces. Hæc,qua ſalubris victus ratione fiãt, procedēte ſermone docebimus. Prius enim tradendum arbitror,quēadmodũ optimæ naturæ conſeruanda ſit ſanitas. Antè id verò,quænam ſit optima corporis cõſtitutio,exponemus. Eſt igitur ea,ſi ſubſtantiam eius ſpectes, & quæ optimo tēperamento fit, & quæ figuram partiũ egregiè ad functiones cõparatam habet: ad hæc,quæ omnē tũ numerũ, tum magnitudinē,tum omnium earũ inter ſe contextum ad actiones idoneũ exhibet. Si verò indicia,notasq; reſpicias,cuius corpus canis mediocritatem præfert:porrò id tale eſt,quale inter gracile,& obeſum,mediũ eſſe docuimus. Nec refert ſi pro obeſo,corpulentóve craſſum dixeris. Idē reliquorũ quoq; exceſſuũ, in medio planè eſt ſitũ, ita vt nec hirſutum id meritò dixeris, nec glabrum: ſed nec molle,nec durũ, nec nigrũ nec candidum, adde etiã nec† venis amplis, nec obſcuris, nec iracundum, nec ignauum, nec ſomnolentũ, nec peruigilē, nec hebetem,nec callidum, nec in venerē pronum, nec à venere alienum. Quòd ſi omnibus quoque corporis partibus planè mediũ oĩs exceſſus teneat,pulcherrimum

† In Graec cod. impreſſis. deeſt κ εὐρυφλεβ... quod habetur in antiquis.

id viſu nimirùm fuerit, vt pote ſymmetrō. Erit non minùs ad labores oẽs planè idoneum, neç reliquis eucraſiæ, id eſt, boni tẽperamenti cuiuſq; mẽbri notis, quas in ſecundo de tẽperamentis retulimus, deſtitutũ. Nã multos videas, quibus caput attemperatũ cõmodè ſit thorax vẽtér ve, & quæ gignẽdo tributæ partes ſunt, parũ proſpera tẽperie ſint, quorundã verò in artubus intẽperies eſt. Nõ deſunt, & quorũ vnum aliquod viſcerũ, aut alia quæpiã particula, vna pluréſve, interim verò plura aliqua viſcera, parum ſalubri ſint tẽperamẽto. Ego verò in vnica inſtrumẽtaliũ partiũ† intemperiẽ, idq; in nõ paucis notaui, ita vt, verbi gratia, reliqua omnis vẽtriculi concauitas, vno temperamẽto cõmodo, incõmodóve eſſet, alio ipſum duntaxat vẽtriculi os. Cæterùm de iis, vbi de vitioſis corporũ ſtatibus diſceptabimus, agetur. De optima verò, & cuius ſingulæ particulæ vniuerſam ſubſtãtiã inculpatã habent, nunc dicetur. Huius ergo ſortis homo, quũ arti ſanitatis tuẽdæ traditur educãdus, fortunatus vtiq; ſit, ſi ſtatim editus in lucem ei cõmittatur. Ita nãq; ad animi quoq; affectus nonnihil lucrifaciet, ipſa nimirũ recta victus ratione, mores quoque probos reddente. Cæterùm ſi quã etiã ſequẽtiũ ætatũ eius ſe moder

† In Græ. cod. impreßis legitur δύο κράσεις, id eſt, duo temperamẽta. Sed in veteri habetur δυσκρασίας. & ita legit interpres.

derationi ſubmittat: ſic quoque commoda ſentiet nõ mediocria. Sanè primùm dicetur, quemadmodũ (ſi huiuſcemodi hominem ab initio ſuſceperis) eundẽ per omnẽ vitæ curſum ſanũ cuſtodias, modò ne quid violentum extrinſecus illi incidat, id quod vtiq; ad ſanitatis tuendæ artificem parum attinet. Secũdo loco, quemadmodũ, ſi non recẽns natũ puellum acceperis, ſed qui iam præceptoribus dari ſit habilis, eius quoque curã agas. Poſtremò admodum reliquarũ ætatum, cuiuſlibet. Ergo rẽcẽs is natus infantulus, cuius corporis conſtitutio omni nota vacat, primùm quidem faſciis deligetur, ſed corpori priùs toti ſale modicè inſperſo, quo cutis eius dẽſior ſolidiorq; iis, quæ intus ſunt, partibus reddatur. In vtero enim æquè cum reliquis mollis erat: quum nec durius vllũ corpus inibi cõtigerit, nec aër illi vſquã frigidus inciderit, quorũ cõmercio contracta, denſataq;, & quàm ipſamet priùs, & quàm reliqua mẽbra, denſior duriorq; fieret. At quoniã iã editus infans in frigore, calore, atq; inter corpora multò ſe duriora verſetur neceſſe eſt: ob hæc ipſa, nimirùm naturale eius tegmẽ præparari quodãmodo à nobis, reddiq; ad indolentiã, & tolerãtiã, quàm aptiſsimũ par eſt. Ita verò qui ſecundum naturam ſe habent

infantes, vel ſolo ſale præparati, munitiq; abũdè fuerint: quando qui ſiccorum myrti foliorũ, aut aliorum id genus inſperſione egẽt, iis planè vitioſus ſtatus ſit. Nobis verò ad præſens de iis qui optimo ſtatu ſunt, differere propoſitũ eſt. Ergo hi faſciis (vt dictũ eſt) inuoluti, lacte pro alimẽto vtantur, & balneis ſalubriũ aquarũ. Vniuerſam nãq; victus rationẽ humidã ſibi adhiberi poſtulãt, vt qui cęteris ætatibus tẽperamẽto ſint humidiore Atq; ex iis, quæ ad ſanorũ victus rationẽ ſunt neceſſaria, primùm hoc ſe ad diſquiſitionẽ ſtatim offert. Nam ſunt qui humidiores naturas ſiccãdas ſemper putẽt: ſicuti è diuerſo quæ frigidiores ſunt calfieri debere: madefieri quæ ſicciores, frigefieri quæ calidiores. Quippe ſimilibus quẽlibet exceſsũ augeſcere, cõtrariis remitti, ac minui, vnoq; verbo, contraria cõtrariorũ eſſe remedia. Oportuit verò nõ id modò Hippo. legiſſe eos, meminiſſeq;, ſed & illa quoq; in quibus ait: †Humidam oẽm victus rationẽ febricitãtibus eſſe vtilẽ, præcipuè verò puellis, & iis qui tali reficì victu ſunt aſſueti: Videtur em̃ in his tria deinceps pari iter ſe iure poſuiſſe, morbũ, ætatẽ, cõſuetudinẽ. Atq; à morbo quidem, contrarii adhibendi indicationẽ accipit, ab ætate, & cõſuetudine ſimiliũ. Febri nanq;

† In Græc. codic. impreſsis legitur αἱ ὑγραὶ πᾶσαι διαίται quã lectionẽ ſequi

ceu

ceu morbo calido & ſicco, humida conueniũt. Puellis, vt quibus ea ætas nõ morbus, ſed ſecũdum naturã ſit, id maximè eſt vtile, quod planè eſt ſimillimũ. Pari modo cõſuetudini, vtpote quæ aſcititiam acquiſititiáq; naturã in corporibus gignit, cõtraria dediſſe in primis eſt noxiũ atq; hæc meritò. Quæ enim corpora ſecundũ naturam ſe habẽt, iis ſeruari, cuſtodiriq; ſuũ habitum decet, quæ morbo aliquo premũtur: iis cõtrà alterari, & ad contrariũ habitum trahi expedit: ac ſeruatur quidẽ ſimilibus vnumquodq; alteratur cõtrariis. Haudquaquam itaq; ſiccãdi pueri ſunt (ſi modò in his nulla prẹter naturã humiditas ſubeſt: qualis in raucedine, diſtillatione, catharroq́; cõſpicitur) ſed pro naturæ ratione alẽdi, ac dulciũ aquarũ balneis humectãdi (quę enim medicã vim aliquã præ ſe ferũt, omnes planè ſiccãt, veluti quę ſulphuris aliquid, bituminis, aluminíſve repræſentãt) tum cibo eo, potioneq; nutriẽdi, qui humidæ quàm maximè naturæ ſint. Ad hunc modum & natura ipſa pueris cõſuluit, & lac matris in humentis alimenti vſum præparauit. Atque optimum quidem eſt etiam reliquis fortaſſe omnibus infantibus ipſum lac matris, modò nullo morbo ſit corruptũ: maximè verò ei qui optimo eſt temperamento, de quo

tur interpres. Sed in veteri codice locus Hipp. rectius citatur αἱ ὑγραὶ δίαιται πᾶσι τοῖς πυρεταίνουσι, id eſt: humidæ victus rationes omnibus febricitantibus.

quo nunc ſermo inſtituitur, quippe cuius maternũ nõ corpus modò totũ, ſed etiã lac à vitio eſſe alienum, nõ ſit abſimile. Ac ſanguine quidẽ dũ adhuc in vtero geſtamur, ali nos cõſtat: ex ſanguine verò lac gignitur, exiguã in mamillis mutationem adeptũ. Quare qui matris lacte pueri aluntur, ij iam nõ ſolùm cõſueto, verũetiam maximè proprio vtuntur alimẽto. Videtur autẽ nõ modò nutrimentum id natura infantibus præparaſſe, verumetiã facultates quaſdam naturales, quibus eo vtãtur, ab initio protinus cõtuliſſe: quãdo ſi modò natis papillã ſtatim in os inferas, & ſugũt lac ipsũ, & deglutiũt prõptiſsimè. Quin ſicubi fortè offendũtur, plorántve, nõ minimum iis doloris lenimẽ eſt, nutricis papilla ori indita. Quippe tria hęc doloribus infantium remedia nutricibus ipſo vſu edoctis inuẽta videmus: vnũ, quod modò retulimus, & altera duo, motum mediocrẽ, & vocis modulationem. Quibus perpetuò vſæ, non ſolùm mitigãt, ſed etiã ſomnum cõciliãt, vel hoc ipſo teſtificante natura, ad muſicã eos, & exercitia ſuopte ingenio eſſe propenſos. Adeò quiſquis his artibus probè vti ſciet, is nimirũ & corpus, & animũ optimè inſtituet. Nutricibus igitur triplex infantibus excogitata dimotio eſt, in cunis, in lectulis

pen

pendentibus,in ſuis ipſarum vlnis.Vbi iam hoc aliud quoque nobis æſtimandum oritur, ad ſanitatis tutelam vel in primis neceſſariũ:quum Aſclepiades planè aperteq́; exercitationes dãnet:Eraſiſtratus verecundius, timidiusq́; decernat, cæterùm idẽ cũ Aſclepiade ſentiat. Reliqui ferè medici nõ ſolùm ad euexian,id eſt,bonã corporis habitudinem, ſed etiã ad ſanitatẽ eas prædicent. Porrò exercitationũ tria ſaltẽ prima notantur genera,vtiq; quot motionũ differentiæ:quippe aut à nobis ipſis mouemur, aut ab aliis,aut medicamento:horũ tamen tertia ſpecies ad ſanos nequaquã pertinet. Sed qui ab altero præſtatur motus , nauigando, equitando,vehendo,atq;, vt paulò antè dictum eſt,in cunis, lectulis vlníſque obitur.Recèns tamẽ nati puelli,tam valentẽ motũ quàm eſt qui vehiculis, nauigiis, equíſve præſtatur,adhuc nõ deſiderant.At qui iam tertiũ, aut quartũ annũ agunt, his vehiculo, nauigioq́; modicè agitari licet. Septẽnes verò etiã valentiora exercitia tolerant,ita vt equitare iam aſſueſcãt. Per ſe verò moueri tum primũ pueris licet, quũ iam repere cœperũt, magiſq́; etiã quũ ingredi. Immaturè verò cogẽdi omnino nõ ſunt,ne crura eorũ pondere vitiẽtur. Sanè vel hac ętate facilè declaratur quãta ſit na-

turæ noſtræ cũ exercitiis ſocietas:quũ pueros,nec ſi cõcluſeris loco aliquo,prohibeas quo minùs diſcurrãt,ac pullorũ vitulorũq; ritu laſciuiãt. Quippe ſua cuiq; animãti natura ſatis eſt ad proprias,cõuenienteſq; excitãdas appetitiones,quibus ſanitatem ſalutẽq; tueatur. Verũ Aſclepiades nihil horũ cogitans, per magnũ otiũ captiunculas texit,quibus docere conetur,nihil ad bonam valetudinẽ exercitia cõferre. Verùm huic poſteà quod par eſt reſpõdebitur, ceu garrulitate ad finẽ potiſsimũ taxãda.Eſt enim nobis hoc loco propoſitũ, nõ ſophiſtarum nugas refellere,ſed quod ad ſanitatẽ tuẽdã cõducat pręcipere.Itaq; ad infantes redeo, qui optimo corporis habitu ſunt,porrò his animi quoq; mores citra vitiũ eſſe par eſt. Qui enim iuſto ſunt ad irã magis procliues, aut animo planè demiſſo , aut ſenſiles magis,aut inſenſiles:aut præter modũ guloſi, hos parũ idoneo tẽperamento eſſe iis partibus,quibus prædictorũ ſingula adminiſtrant,neceſſe eſt, proditũ verò de his fuſiùs eſt in iis libris,quos de Hippoc. Platoniſq; placitis ſcripſimus. Verùm qui nunc propoſitus infans eſt, vndecunq; abſolutus eſt.Huius ergo,ſicut nullum ex animi moribus corrigere,ſic eoſdẽ ſeruare ne quo vitientur,oportet.Seruatur verò quidq; iiſdẽ,

planè generibus quibus corrumpitur. Corrumpitur animi mores praua conſuetudine cuiuſq; horũ, cibi, potionis, exercitationis, videndi, audiẽdi, totius deniq; muſices. Itaq; peritũ horũ omniũ eſſe eũ medicum oportet, qui ſanitatis tuẽdæ curã ſuſcipiet: nec ea opinione eſſe, quaſi ad ſolũ ſpectet philoſophũ animi mores effingere. Quippe huic ob aliud omnino maius, id muneris tribuitur, nempe animi ſanitatẽ: medico verò, ne corpus faciliùs in morbos dilabatur, quãdo iracũdia, fletus ira, triſtitia, cura immodica, & multæ ſuper his vigiliæ, febres accẽdũt, ac grauiſsimis valetudinibus initia præbẽt: veluti è diuerſo cogitationis mẽtiſq; ſegnitia, ac animus omnino deſes, decoloratos, atq; ex atrophia, id eſt nutriẽdi defectu, graciles, ob naturalis caloris imbecillitatem reddunt: hunc enim calorem præter cætera intra ſanitatis fines cuſtodire oportet: cuſtoditur autem modicis tum corporis, tum animi exercitiis. Qui nanq; motus modum non ſeruant, ſiue ii ex rationali, ſiue ex appetitoria, ſiue ex animoſa animi parte cientur, ſi modum nimium exceſſerint, bilioſum animans reddunt: ſi intra modum nimium ſubſiſtunt, pituitoſum, frigidumq; efficiunt. Quinetiam priorem habitudinem febres, & qui ca-

lid

lidiores affectus ſunt: poſteriorẽ iecinoris & viſcerũ obſtructiones, comitiales morbi, apoplexiæ: in ſumma, diſtillationũ, fluxionũq; morbi plerunq; excipiunt. Et nos ægros quotãnis nõ paucos perſanauimus, ſolis animi motibus ad debitũ modum reuocatis. Eſt verò non ſpernẽdus huius ſententiæ teſtis, ipſum patrium nobis numen Aeſculapius, qui multas ſcribi cantilenas, mimosq; ridicularũ rerũ fieri, & melodias quaſdã inſtituit iis, quibus vehementiores animoſæ partis motus, corporis temperamentũ iuſtò calidius efficerent. Aliis quibuſdã, neq; iis paucis, venari, equitare, atq; armatos exercitari iuſsit: iiſdemq; ſtatim tum motuũ ipſorũ ſpeciẽ, vtiq; quibus motus iniunxit, tum armorũ, quibus armatis exerceri præcepit, definiuit. Nõ enim quo pacto excitetur, erigaturq; animoſa pars, quũ imbecilla ſit, præcipere ſat habuit, niſi etiã menſuram eius ab exercitationũ idea definiret. Non enim pari modo excitatur ea animi portio, vbi cùm apris, vrſis, tauris, & aliis id genus præualentibus robore beluis agitãdis, ſumus attenti, & quũ leporem, capreã, & id genus fugacia ac timida ſectamur: nec ſimiliter quũ in leui armatura, & graui exercemur: nec pariter quũ citato curſu dimouemur, & quũ mediocri

mo

motu agimur:nec vbi cũ aliis cõtendimus, & vbi ſoli agimus:iam clamore, an tacitus ad labores inhorteris, irritesq; nõ parũ ſanè intereſt. Verũ de his latiùs dicetur in ſequentibus. Sed infantes qui optimũ ſortiti ſunt tẽperamẽtũ (de his enim ſermo erat) non leui cura egent, ne quos animi motus immodicos incurrãt. Quippe loquelæ adhuc expertes,ploratu, clamore,iracũdia,& inordinato ſui motu,dolorẽ indicant. Noſtrũ igitur officiũ ſit,cõiectantes quid deſiderent,aſsiduè id ſuppeditare prius, quàm auctus dolor in nimium,atq; inordinatum motũ vnà cum corpore, etiã animũ ipſum vniuerſum cõiiciat:ſiquidem dentiẽtes, aut ab externo quopiã offenſi, aut aluũ exonerare,aut meiere,aut eſſe,biberéve cupientes,perinde ac diſcruciati plorãt,atq; enormiter mouẽtur.Fieri etiã poteſt,vt frigore offenſi teporẽ deſiderent:ſicuti cõtrà, æſtu afflicti refrigerationẽ. Eſt quãdo multitudinẽ inſtratorũ non tolerãt,quippe multos offendit id quoq; non minimum: maximè verò quũ aut totũ corpus vertere, aut etiã artus mouere cupiũt. Quin etiã ipſa quies, ſi ſit diuturnior, non parũ moleſta eſſe ſolet,quando nulla animans immodico vllo delectatur, ſed ſemper medium modũ expetit. Porrò medius ipſe modus, non vnus

latitudinem habeat. Sæpe nanq; quàm percõmodè tẽperaſſe videaris, alter ſuperueniens Muſicus† exactè tẽperauit. Siquidem nobis ad omnia vitæ* munia ſenſus vbique iudex eſt. Quare ipſo etiã eucraſiã dyſcraſiamq; iudicabimus. Pari modo actionis vitium cuiuſq; præter naturam ſuã malè habẽtis mẽbri, non antè morbũ decernemus, quàm ad ſenſibilẽ magnitudinẽ peruenerit. Nec quicquã, vt ad rẽ propoſitã, ne hîc quidem referat, ipſámne læſam actionem, an affectũ, cuius vitio læditur, morbũ dixeris, ſicuti nec ſiue quis affectionem, ſiue conſtitutionem appellaſſe malit. Dictum à nobis alibi & de his eſt, & ſimul euidentibus rationibus confirmatũ, tũ morbũ, tum ſanitatem in corporis affectione, conſtitutiõeq; cõſiſtere, minimè in actione, actionísve læſione. Cæterùm, ex horũ moroſa perpẽſione, diſcuſsioneq;, parũ vel ad valetudinẽ tuendã, vel ad morbũ ſubmouẽdum iuuamur: quũ illud modò nouiſſe ſatis ſit, corporis cõſtitutionẽ, quæ cauſæ rationem reſpectu actionis obtinet, vtriuſq; facultatis ſcopum eſſe, & eius, quæ ſanitatẽ tuendam, & eius, quæ morbum profligandum profitetur: quippe quum hâc, & præſentem ſeruare, & amiſſam reſtituere, propoſitum nobis ſit. Actiones verò conſtitutionẽ cor-

por

† *Aptius legitur in veteri* ἀκριβέστερον, *id eſt, exactius.*

* *Mendoſè legitur in græ. co. impreſ.* χρέαν *pro* χρέας.

poris neceſſariò ſequuntur eã, quæ proba eſt, inculpatæ probæq́; : quæ cõtrà eſt, culpabiles, ac vitioſæ. Quare quoniã id, quod ope noſtra ſeruatur, reſtituiturq́;, affectio quędam corporis, conſtitutioq́; eſt: eã verò ex neceſsitate functionum ſequitur [bonitas.] Ad præſentem certè diſputationẽ parũ attineat, functionúmne, an conſtitutionũ in genere morbus ſanitasq́; collocanda ſit, inquiras: id potius attinet, vt illud pro hypotheſi ſumẽtes, quòd in naturali corporis noſtri cõſtitutiõe illa ſeruãda maximè ſunt, quorũ beneficio functiones obeamus: ac illud memoria repetẽtes, ꝙ ſimilarium quidẽ partiũ eucraſia [inſtrumẽtaliũ] forma, poſitura, numerus, & magnitudo functionũ ſunt cauſæ, preterea quòd hæc omnia in latitudine quadã ſpectãtur: etiam in ſingulis hominibus ſeorſum, quæ reliqua ſunt, perſequamur. Ad quæ ſanè non paruã cõmoditatẽ affert latitudo horum proſpecta, nã quũ eucraſia duplex omnino ſit: altera, quæ in animãtiũ ſaltẽ corpore, cogitatione potius vſurpetur, quàm ſolidè ſubſiſtat: Altera, quæ in ſanis omnibus ſubſiſtit, atq; apparet. Hãc rurſus à nobis diuidi par eſt, quippe in qua non parua diuerſitas inuenietur. id quã ſit verũ, vel ex ipſis ætatibus maximè deprehendas. Quum enim

[*In Græc. codi. deſideratur.*

ad omnem volūtate ſuſceptam actionem adoleſcentiū ætas ſit aptiſsima: infantium certè,ſenumq; minus ad hāc eſt apta: proptereà quòd illis humor,his ſiccitas, frigiditasq; nimis abundat. In aliis tamen functionibus,quas naturales appellamus, veluti auctione,cōcoctione,diſtributione, & nutritione infantes planè cæteris ætatibus longè præſtāt.Neq; tamen eò ſecius oībus per oēs ætates licet eſſe ſanis.Ergo quēadmodū in ætatū diuerſitate ſe habet,ita etiā in naturalis habitus differētiis, immēſum quantū tēperamentorū diſcrimē inuenias: vt duorū,exēpli gratia, ſimilis ætatis puerorū,hunc altero lōgè humidiorē,illū ſicciorē,pari modo hunc calidiorē,illū frigidiorē. Quibuſcūq; igitur corporibus multò ſupra iuſtū calidis,frigidis,humidis,aut ſiccis eſſe cōtingit,iis planè optima temperies non eſt,In quibus autē ab eo quod abſolutiſsimè temperatū eſt, diuerſitas quædā intelligitur,minor tamē quàm quæ ſenſu diſcerni poſsit,hæc certè quod ad vſum pertinet,pro abſolutiſsimis accipimus, ita vt ſanitatis,quā in latitudine contēplamur, hæc quidem medii ſit tēperamēti,nec vlli vitio obnoxia,quod ſaltem ſenſu percipiatur:hæc ceu intemperata vitioq; expoſita. Huius ſententiæ euidētiſsima indicia ſunt,

diſ

diſcrimina: quæ in gracilibus corpulētiſq; notātur:quippe quorum cōtrarias habitudines ex contrariis tēperamētis ortas eſſe neceſſe eſt. Sicuti igitur nec nimium gracile corpus probamus, nec quod valde eſt obeſum:ita nec temperamenta eorū planè laudabimus, tametſi vtrunq; quammaximè ſanum eſſe cōſpicimus.Sed quæ in medio horum habitudines ſunt, εὔσαρκοι Græcis dictæ,ſicuti ipſæ debitam partium conuenientiā, ſpeciemq; inculpatā habent:ita id totū cōueniētis, laudabiliſq; tēperamēti beneficio acceptū ferūt.Tales ergo corporū habitus,ſi veritatē ipſam ad vnguē exigas,abſoluta ſaltem,exactaq; temperie, ne ipſos quidē tēperatos dixeris.Verùm quod ſenſu iudicetur,atque ad vſum ſit ſatis non inculpabiles ſolùm, ſed etiā optimos cenſueris.Sanè indiciū euidēs eſt,ne ipſos quidē exactiſsimū temperamētū conſecutos, ex eo ꝙ nunquā eodē ſtatu permaneāt,ſed primam ætatum ipſarū mutationem recipiunt,nulla harū eundē perpetuò tenorem ſeruāte,ſed ſemper ad ſiccius tendente: alteram,quæ ſomni ac vigiliarum,quietis & motus ,cum motus ipſius differentiarum: adhæc bibendi, ſitiendi,edendi, eſuriendi, ciborū potioniſq; copiæ, aut inopiæ, prætereà balnei,iracūdiæ, ſtudii,doloris, oīm

talium occaſione proueniunt, quæ tantùm nō omni momento temperamentū immutant. Quis igitur in tanta mutatione optimum vndecunq; temperamentū inuenire ſe ſperet? quippe quod, ſi cui vnquā optima natura prædito cōtigit, certè ne momento quidem durauit. Adeò mihi ſanè admirari ſubit eorum opinionē, qui ſanitatē, eucraſiamq; citra omnē latitudinē, vnicāq; eſſe contendūt: nec, ſi quid ab hac paulò diſceſſit, vtiq; ſanitatē eſſe. Qua nimirùm ſententia ἀκατάθειαν obiter imprudētes inuehūt: diſputantq; de re, aut nunquam planè viſa in animalis corpore; aut, ſi quādo viſa eſt, ne minimum quidē tēpus durante. His ergo quam ſomniant ſanitatē, ipſis ſeruandam linquimus: nos interim ad eas, quæ in aperto ſunt, reuertimur. Quarum quū duplicem ſtatuamus ſubſtantiā, [vnā de qua planè queri nō ſit, alteram de qua queri liceat,] de qua modò verba fecimus, ſuum vtriq; ſcopum reddamus. Nēpe ei quā inculpatam diximus, exactam, abſolutamq; planè, quod vtique ſenſu aduerti poſſit, cuſtodiam: alteri, de qua cōquerare, nō exactam. Quippe intemperies, quæ intra ſanitatis sūt terminos, corrigere oportebit, ita vt quæ iuſto ſicciores natura ſunt, hūidiores reddās: quæ humidiores ſunt, ſicciores.

[*Hæc in Græc. non habentur.*

Pari

Pari modo,quæ frigidiores ſunt,vt harum exceſſum caſtiges:quæ calidiores,earũ ſuperantiã ad moderatius reuoces. Hæc,qua ſalubris victus ratione fiãt, procedẽte ſermone docebimus. Priùs enim tradendum arbitror,quẽadmodũ optimæ naturæ conſeruanda ſit ſanitas. Antè id verò,quænam ſit optima corporis cõſtitutio,exponemus. Eſt igitur ea,ſi ſubſtantiam eius ſpectes, & quæ optimo tẽperamento ſit, & quæ figuram partiũ egregiè ad functiones cõparatam habet: ad hæc,quæ omnẽ tũ numerũ, tum magnitudinẽ,tum omnium earũ inter ſe contextum ad actiones idoneũ exhibet. Si verò indicia,notasq; reſpicias,cuius corpus canis mediocritatem præfert:porrò id tale eſt,quale inter gracile,& obeſum,mediũ eſſe docuimus. Nec refert ſi pro obeſo,corpulentóve craſſum dixeris. Idẽ reliquorũ quoq; exceſſuũ, in medio planè eſt ſitũ, ita vt nec hirſutum id meritò dixeris, nec glabrum: ſed nec molle,nec durũ, nec nigrũ nec candidum, adde etiã nec† venis amplis, nec obſcuris, nec iracundum, nec ignauum, nec ſomnolentũ, nec peruigilẽ, nec hebetem,nec callidum, nec in venerẽ pronum, nec à venere alienum. Quòd ſi omnibus quoque corporis partibus planè mediũ oĩs exceſſus teneat,pulcherrimum id

† *In Graec. cod. impreſſis deeſt ϰαὶ ἐυρυφλεβῶν, quod habetur in antiquis.*

id viſu nimirùm fuerit, vt pote ſymmetrõ. Erit non minùs ad labores oẽs planè idoneum, nec reliquis eucraſiæ, id eſt, boni tẽperamenti cuiuſq; mẽbri notis, quas in ſecundo de tẽperamentis retulimus, deſtitutũ. Nã multos videas, quibus caput attemperatũ cõmodè ſit thorax vẽtérve, & quæ gignẽdo tributæ partes ſunt, parũ proſpera tẽperie ſint, quorundã verò in artubus intẽperies eſt. Nõ deſunt, & quorũ vnum aliquod viſcerũ, aut alia quæpiã particula, vna pluréſve, interim verò plura aliqua viſcera, parum ſalubri ſint tẽperamẽto. Ego verò in vnica inſtrumẽtaliũ partiũ† intemperiẽ, idq́; in nõ paucis notaui, ita vt, verbi gratia, reliqua omnis vẽtriculi concauitas, vno temperamẽto cõmodo, incõmodóve eſſet, alio ipſum duntaxat vẽtriculi os. Cæterùm de iis, vbi de vitioſis corporũ ſtatibus diſceptabimus, agetur. De optima verò, & cuius ſingulæ particulæ vniuerſam ſubſtãtiã inculpatã habent, nunc dicetur. Huius ergo ſortis homo, quũ arti ſanitatis tuẽdæ traditur educãdus, fortunatus vtiq; ſit, ſi ſtatim editus in lucem ei cõmittatur. Ita nãq; ad animi quoq; affectus nonnihil lucrifaciet, ipſa nimirũ recta victus ratione, mores quoque probos reddente. Cæterùm ſi quã etiã ſequẽtiũ ætatũ eius ſe moder

† In Græ. cod. impreßis legitur δύο κράσεις, id eſt, duo temperamẽta. Sed in veteri habetur δυσκρασίας & ita legit interpres.

der

derationi ſubmittat: ſic quoque commoda ſentiet nõ mediocria. Sanè primùm dicetur,quemadmodũ (ſi huiuſcemodi hominem ab initio ſuſceperis) eundẽ per omnẽ vitæ curſum ſanũ cuſtodias,modò ne quid violentum extrinſecus illi incidat, id quod vtiq; ad ſanitatis tuendæ artificem parum attinet.Secũdo loco, quemadmodũ,ſi non recèns natũ puellum acceperis,ſed qui iam præceptoribus dari ſit habilis,eius quoque curã agas. Poſtremò admodum reliquarũ ætatum,cuiuſlibet. Ergo rècẽs is natus infantulus , cuius corporis conſtitutio omni nota vacat,primùm quidem faſciis deligetur ; ſed corpori priùs toti ſale modicè inſperſo, quo cutis eius dẽſior ſolidiorq; iis, quæ intus ſunt,partibus reddatur.In vtero enim æquè cum reliquis mollis erat:quum nec durius vllũ corpus inibi cõtigerit, nec aër illi vſquã frigidus inciderit,quorũ cõmercio contracta,denſataq;,& quàm ipſamet priùs,& quàm reliqua mẽbra, denſior duriorq; fieret. At quoniã iã editus infans in frigore,calore,atq; inter corpora multò ſe duriora verſetur neceſſe eſt : ob hæc ipſa,nimirùm naturale eius tegmẽ præparari quodãmodo à nobis,reddiq; ad indolentiã,& tolerãtiã,quàm aptiſsimũ par eſt. Ita verò qui ſecũndum naturam ſe habent

infantes, vel ſolo ſale præparati, munitiq́; abũdè fuerint: quando qui ſiccorum myrti foliorũ, aut aliorum id genus inſperſione egẽt, iis planè vitioſus ſtatus ſit. Nobis verò ad præſens de iis qui optimo ſtatu ſunt, diſſerere propoſitũ eſt. Ergo hi faſciis (vt dictũ eſt) inuoluti, lacte pro alimẽto vtantur, & balneis ſalubriũ aquarũ. Vniuerſam nãq; victus rationẽ humidã ſibi adhiberi poſtulãt, vt qui cęteris ætatibus tẽperamẽto ſint humidiore Atq; ex iis, quæ ad ſanorũ victus rationẽ ſunt neceſſaria, primùm hoc ſe ad diſquiſitionẽ ſtatim offert. Nam ſunt qui humidiores naturas ſiccãdas ſemper putẽt: ſicuti è diuerſo quæ frigidiores ſunt calfieri debere: madefieri quæ ſicciores, frigefieri quæ calidiores. Quippe ſimilibus quẽlibet exceſsũ augeſcere, cõtrariis remitti, ac minui, vnoq́; verbo, contraria cõtrariorũ eſſe remedia. Oportuit verò nõ id modò Hippo. legiſſe eos, meminiſſeq́;, ſed & illa quoq; in quibus ait: † Humidam oẽm victus rationẽ febricitãtibus eſſe vtilẽ, præcipuè verò puellis, & iis qui tali reficiVidetur em̃ in his tria deinceps pari ĩter ſe iure poſuiſſe, morbũ, ætatẽ, cõſuetudinẽ. Atq; à morbo quidem, contrarii adhibendi indicationẽ accipit, ab ætate, & cõſuetudine ſimiliũ. Febri nanq;

† *In Græc. codic. impreſsis legitur* αἱ ὑγραὶ πᾶσαι διαίται *quã lectionẽ ſequi*

ceu morbo calido & ſicco, humida conueniũt. Puellis, vt quibus ea ætas nõ morbus, ſed ſecũdum naturã ſit, id maximè eſt vtile; quod planè eſt ſimillimũ. Pari modo cõſuetudini, vtpote quæ aſcititiam acquiſititiáq; naturã in corporibus gignit, cõtraria dediſſe in primis eſt noxiũ atq; hæc meritò. Quæ enim corpora ſecundũ naturam ſe habẽt, iis ſeruari, cuſtodiriq; ſuũ habitum decet, quæ morbo aliquo premũtur: iis cõtrà alterari, & ad contrariũ habitum trahi expedit: ac ſeruatur quidẽ ſimilibus vnumquodq; alteratur cõtrariis. Haudquaquam itaq; ſiccãdi pueri ſunt (ſi modò in his nulla prçter naturã humiditas ſubeſt: qualis in raucedine, diſtillatione; catharroq; cõſpicitur) ſed pro naturæ ratione alẽdi, ac dulciũ aquarũ balneis humectãdi (quę enim medicã vim aliquã præ ſe ferũt, omnes planè ſiccãt, veluti quę ſulphuris aliquid, bituminis, aluminíſve repræſentãt) tum cibo eo, potioneq; nutriẽdi, qui humidæ quàm maximè naturæ ſint. Ad hunc modum & natura ipſa pueris cõſuluit, & lac matris in humentis alimenti vſum præparauit. Atque optimum quidem eſt etiam reliquis fortaſſe omnibus infantibus ipſum lac matris, modò nullo morbo ſit corruptũ: maximè verò ei qui optimo eſt temperamento, de

tur interpres. Sed in veteri codice locus Hipp. rectius citatur αἱ ὑγραὶ δίαιται πᾶσι τοῖς πυρεταίνουσι, id eſt: humidæ victus rationes omnibus febricitantibus.

quo nunc ſermo inſtituitur, quippe cuius maternũ nõ corpus modò totũ, ſed etiã lac à vitio eſſe alienum, nõ ſit abſimile. Ac ſanguine quidẽ dũ adhuc in vtero geſtamur, ali nos cõſtat: ex ſanguine verò lac gignitur, exiguã in mamillis mutationem adeptũ. Quare qui matris lacte pueri aluntur, ij iam nõ ſolùm cõſueto, verũetiam maximè proprio vtuntur alimẽto. Videtur autẽ nõ modò nutrimentum id natura infantibus præparaſſe, verumetiã facultates quaſdam naturales, quibus eo vtãtur, ab initio protinus cõtuliſſe: quãdo ſi modò natis papillã ſtatim in os inferas, & ſugũt lac ipsũ, & deglutiũt prõptiſsimè. Quin ſicubi fortè offendũtur, plorántve, nõ minimum iis doloris lenimẽ eſt, nutricis papilla ori indita. Quippe tria hęc doloribus infantium remedia nutricibus ipſo vſu edoctis inuẽta videmus: vnũ, quod modò retulimus, & altera duo, motum mediocrẽ, & vocis modulationem. Quibus perpetuò vſæ, non ſolùm mitigãt, ſed etiã ſomnum cõciliãt, vel hoc ipſo teſtificante natura, ad muſicã eos, & exercitia ſuopte ingenio eſſe propenſos. Adeò quiſquis his artibus probè vti ſciet, is nimirũ & corpus, & animũ optimè inſtituet. Nutricibus igitur triplex infantibus excogitata dimotio eſt, in cunis, in lectulis

pen

pendentibus,in ſuis ipſarum vlnis.Vbi iam hoc aliud quoque nobis æſtimandum oritur, ad ſanitatis tutelam vel in primis neceſſariũ:quum Aſclepiades planè aperteq́; exercitationes dãnet:Eraſiſtratus verecundius, timidiusq́; decernat, cæterùm idẽ cũ Aſclepiade ſentiat. Reliqui ferè medici nõ ſolùm ad euexian,id eſt,bonã corporis habitudinem, ſed etiã ad ſanitatẽ eas prædicent. Porrò exercitationũ tria ſaltẽ prima notantur genera,vtiq; quot motionũ differentiæ:quippe aut à nobis ipſis mouemur, aut ab aliis,aut medicamento:horũ tamen tertia ſpecies ad ſanos nequaquã pertinet. Sed qui ab altero præſtatur motus , nauigando, equitando,vehendo,atq;, vt paulò antè dictum eſt,in cunis, lectulis vlníſque obitur.Recèns tamẽ nati puelli,tam valentẽ motũ quàm eſt qui vehiculis, nauigiis, equíſve præſtatur,adhuc nõ deſiderant.At qui iam tertiũ, aut quartũ annũ agunt, his vehiculo, nauigioq́; modicè agitari licet. Septẽnes verò etiã valentiora exercitia tolerant,ita vt equitare iam aſſueſcãt. Per ſe verò moueri tum primũ pueris licet, quũ iam repere cœperũt, magisq́; etiã quũ ingredi. Immaturè verò cogẽdi omnino nõ ſunt,ne crura eorũ pondere vitiẽtur. Sanè vel hac ętate facilè declaratur quãta ſit na-

tur

turæ noſtræ cũ exercitiis ſocietas:quũ pueros,nec ſi cõcluſeris loco aliquo,prohibeas quo minùs diſcurrãt,ac pullorũ vitulorũq; ritu laſciuiãt. Quippe ſua cuiq; animãti natura ſatis eſt ad proprias,cõuenientesq; excitãdas appetitiones,quibus ſanitatem ſalutẽq; tueatur. Verũ Aſclepiades nihil horũ cogitans, per magnũ otiũ captiunculas texit,quibus docere conetur,nihil ad bonam valetudinẽ exercitia cõferre. Verùm huic poſteà quod par eſt reſpõdebitur, ceu garrulitate ad finẽ potiſsimũ taxãda.Eſt enim nobis hoc loco propoſitũ, nõ ſophiſtarum nugas refellere,ſed quod ad ſanitatẽ tuẽdã cõducat pręcipere.Itaq; ad infantes redeo, qui optimo corporis habitu ſunt,porrò his animi quoq; mores citra vitiũ eſſe par eſt. Qui enim iuſto ſunt ad irã magis procliues, aut animo planè demiſſo , aut ſenſiles magis,aut inſenſiles:aut præter modũ guloſi, hos parũ idoneo tẽperamento eſſe iis partibus,quibus prædictorũ ſingula adminiſtrant,neceſſe eſt, proditũ verò de his fuſiùs eſt in iis libris,quos de Hippoc. Platoniſq; placitis ſcripſimus. Verùm qui nunc propoſitus infans eſt, vndecunq; abſolutus eſt.Huius ergo,ſicut nullum ex animi moribus corrigere,ſic eoſdẽ ſeruare ne quo vitientur,oportet.Seruatur verò quidq; iiſdẽ

planè generibus quibus corrumpitur. Corrumpuntur animi mores praua conſuetudine cuiuſq; horũ, cibi, potionis, exercitationis, videndi, audiẽdi, totius deniq; muſices. Itaq; peritũ horũ omniũ eſſe eũ medicum oportet, qui ſanitatis tuẽdæ curã ſuſcipiet: nec ea opinione eſſe, quaſi ad ſolũ ſpectet philoſophũ animi mores effingere. Quippe huic ob aliud omnino maius, id muneris tribuitur, nempe animi ſanitatẽ: medico verò, ne corpus faciliùs in morbos dilabatur, quãdo iracũdia, fletus, ira, triſtitia, cura immodica, & multæ ſuper his vigiliæ, febres accẽdũt, ac grauiſsimis valetudinibus initia præbẽt: veluti è diuerſo cogitationis mẽtiſq; ſegnitia, ac animus omnino deſes, decoloratos, atq; ex atrophia, id eſt nutriẽdi defectu, graciles, ob naturalis caloris imbecillitatem reddunt: hunc enim calorem præter cætera intra ſanitatis fines cuſtodire oportet: cuſtoditur autem modicis tum corporis, tum animi exercitiis. Qui nanq; motus modum non ſeruant, ſiue ii ex rationali, ſiue ex appetitoria, ſiue ex animoſa animi parte cientur, ſi modum nimium exceſſerint, bilioſum animans reddunt: ſi intra modum nimium ſubſiſtunt, pituitoſum, frigidumq; efficiunt. Quinetiam priorem habitudinem febres, & qui ca-

lid

lidiores affectus ſunt: poſteriorē iecinoris & viſcerũ obſtructiones, comitiales morbi,apoplexiæ:in ſumma, diſtillationũ, fluxionũq; morbi plerunq; excipiunt. Et nos ægros quotānis nō paucos perſanauimus, ſolis animi motibus ad debitũ modum reuocatis. Eſt verò non ſpernēdus huius ſententiæ teſtis, ipſum patrium nobis numen Aeſculapius, qui multas ſcribi cantilenas, mimosq; ridicularũ rerũ fieri,& melodias quaſdā inſtituit iis, quibus vehementiores animoſæ partis motus, corporis temperamentũ iuſtò calidius efficerent. Aliis quibuſdā,neq; iis paucis,venari,equitare, atq; armatos exercitari iuſsit: iiſdemq; ſtatim tum motuũ ipſorũ ſpeciē,vtriq; quibus motus iniunxit, tum armorũ, quibus armatis exerceri præcepit,definiuit. Nō enim quo pacto excitetur, erigaturq; animoſa pars, quũ imbecilla ſit,præcipere ſat habuit,niſi etiā menſuram eius ab exercitationũ idea definiret. Non enim pari modo excitatur ea animi portio, vbi cùm apris, vrſis,tauris, & aliis id genus præualentibus robore beluis agitādis,ſumus attenti,& quũ leporem,capreā, & id genus fugacia ac timida ſectamur: nec ſimiliter quũ in leui armatura, & graui exercemur: nec pariter quũ citato curſu dimouemur, & quũ mediocri

mo

motu agimur:nec vbi cũ aliis cõtendimus, & vbi ſoli agimus:iam clamore, an tacitus ad labores inhorteris, irriteſq; nõ parũ ſanè intereſt. Verũ de his latiùs dicetur in ſequentibus. Sed infantes qui optimũ ſortiti ſunt tẽperamẽtũ (de his enim ſermo erat) non leui cura egent, ne quos animi motus immodicos incurrãt. Quippe loquelæ adhuc expertes, ploratu, clamore, iracũdia, & inordinato ſui motu, dolorẽ indicant. Noſtrũ igitur officiũ ſit, cõiectantes quid deſiderent, aſsiduè id ſuppeditare prius, quàm auctus dolor in nimium, atq; inordinatum motũ vnà cum corpore, etiã animũ ipſum vniuerſum cõiiciat: ſiquidem dentiẽtes, aut ab externo quopiã offenſi, aut aluũ exonerare, aut meiere, aut eſſe, biberẽ ve cupientes, perinde ac diſcruciati plorãt, atq; enormiter mouẽtur. Fieri etiã poteſt, vt frigore offenſi teporẽ deſiderent: ſicuti cõtrà, æſtu afflicti refrigerationẽ. Eſt quãdo multitudinẽ inſtratorũ non tolerãt, quippe multos offendit id quoq; non minimum: maximè verò quũ aut totũ corpus vertere, aut etiã artus mouere cupiũt. Quin etiã ipſa quies, ſi ſit diuturnior, non parũ moleſta eſſe ſolet, quando nulla animans immodico vllo delectatur, ſed ſemper medium modũ expetit. Porrò medius ipſe modus, non vnus

omnibus eſt,ſed ex eorũ ſemper eſt numero, quæ in collatione ad aliud ſpectantur. Quocirca qui curã infantis educãdi ſuſcipiet,hũc planè vt acrẽ mediocritatis,cõuenientiſq; coniectorẽ eſſe , ita hæc ſemper præbere oportet, priuſquàm ex deſiderio cuiuſuis auctus dolor , ſimul cum corpore animũ † quoq; in motus immodicos coniiciat.Quod ſiquãdo quod infeſtat, imprudentibus,inſcientibusq; nobis auctum eſſe contigerit,corrigere id tentabimus illico, vel præbito quod expetit, vel ſublato quod offendit,etiã motu per vlnas nutricis adhibito,ac vocis modulamine, quo vti prudẽtiores nutricũ cõſueuerũt. Ego nãq; puello quodam totũ diem irato, plorãteq;, ac immodicè ſe, inordinateque iactante, nutrice ipſa omnis conſilij inope,deprehendi quod offendit. Quippe vt neque papilla in os immiſſa,neque à nutrice prolatus,ſi forte meiere, aut aluum exonerare vellet, lenitus eſt, ſed nec quũ ab vlnarũ agitatu reclinari eſt cœptus: aduerti autẽ tum lectũ, tum inuolucra , tum veſtes ipſas ſordidiores ; præterea puellum ipſum immundum atq; illotum lauare detergereq; iuſſi , tum lectulum mutare,ac veſtem omnẽ terſam, mundamq; præbere,quibus peractis, protinus ab immodico agitatu cõquieuit , illico

† *Mẽdosè legitur in Græ. cod. impreſſis κατὰ προ ηκὶ.*

oq; dormiuit:nō ſuauiſsimum modò, verumetiam longiſsimū ſomnū. Vt verò rectè cōiicias quæ puello officiāt, nō modò ſolertia eſt opus, ſed etiam aſsidua de ipſo qui nutritur experiētia. Hæc igitur omnia uſq; in tertiū à natali annum circa puellū peragēda cēſeo: imprimisq; de nutrice ipſa non minimam habēdam eſſe curam, quid edat, quid bibat, quo pacto in ſomno venere, &† exercitatione ſe habeat, vt videlicet ac eius egregiè ſit tēperatum, quale certè erit, ſi ſanguis eius quàm optimus ſit. Porrò is talis eſt, qui nec flaua abundant bile, nec atra, nec pituitoſus eſt, nec ſeroſus, nec aquoſo liquore permiſtus, naſcitur autem eiuſmodi ſanguis ab exercitatione moderata, & cibis tum boni ſucci, tum iuſto tempore, modoq; aſſumptis, præterea potione tempeſtiua, modiceque ſumpta. De quibus omnibus in iis quæ poſt dicentur diligenter agetur. A venere omnino abſtinendam eſſe, quæcunq; lac præbebit, moneo. Nam & menſes viri conſuetudine prouocantur, & lac odoris gratiam in deterius mutat. Quinetiam aliquæ in vtero concipiunt, quo alienius à puello adhuc lactente nihil eſt. Ita enim quicquid ſanguinis eſt optimum, in fœtū abſumitur. Quippe is quum proprium in ſe vitę principium contineat,

† *Mēdosè legitur in Græc. cod. impreſsis* κατὰ *pro* καὶ [illegible]

& huius moderamine agitur,& aſsiduè cõueniens ſibi alimentũ trahit,vtero ipſi veluti radici adhærẽs, nec vſquã ab eo nocte, dié ve diſcedẽs.Interim verò nõ minor modò, verùm etiã deterior rationabiliter redditur ipſius grauidæ ſanguis, quò fit, vt lac ipſum tum peius, tum verò exiguũ in mamillas colligatur. Quare ſi quæ infantẽ lactat vterũ gerit, ego magnoperè ſuaſerim aliã inueniendã nutricẽ. Cuius etiã lac guſtu,odoratu, viſu cõſiderandũ explorãdũq; diligẽter ſit.Siquidem quod optimũ eſt, id guſtãti,olfacientiq; planè ſuaue, † intuenti candidũ, æquabile, ac liquidi, craſsiq; mediũ apparebit. Quod vitioſum eſt, è diuerſo,aut craſſum,& caſeoſum, aut liquidũ, & ſeroſum, ac liuidum, tum conſiſtentia ipſa, coloreq; inæquabile videbitur.Idẽ guſtantibus amarorẽ, aut ſalſedinẽ, aut qualitatẽ quampiam extraneam exhibebit,tale verò nec olfacienti,ſuaue erit, atq; lactis probi, improbiq; hæc ſunto indicia. Quibus diligenter animaduerſis, quoties vel concepit mater, vel morbo aliquo eſt affecta,ad aliam nutricem,quæ iudicio,delectuq; paretur,feſtinãdũ cenſeo. Puellũ verò primùm ſolo lacte alendũ: vbi autẽ primores dẽtes emiſerit, eũ ſolidiori quodã modo iam cibo aſſuefacere conueniet, quod etiã experien

† In Græ. cod. impreſſis deeſt καὶ θεώμένοις quod habetur in antiquis.

-ientia planè doctæ mulieres faciunt: primũ panẽ, mox legumina, ac carnẽ, & ſimi-ia, omnia prius cõmanſa puellorũ oſculis immittẽtes. Corpus autẽ infantium cõfrica-re oportet oleo dulci: ſicut idipſum rectè peragũt nutrices pleræq;, ſtatim ipſas corporis partes modulãtes, atq; fingẽtes. Verũ in eo, quẽ ꝓpoſuimus, puero, qui corporis ſtatu eſt optimo, quod ad mẽbrorũ modulum ſaltẽ attinet, nihil eſt quòd curioſa nutrix ſit, ſed tantũ fricet quotidie mediocriter, ac lauet, idque quàm fieri maximè poteſt, lacte in vẽtriculo minimè adhuc hęrẽte crudo: quippe quod periculũ eſt, ne prius quã probè ſit cõcoctũ, in totũ corpus infantis digeratur: multò verò maximè ſi quis ventriculũ ipſum adhuc lactis plenũ infricet, tũ corpus crudo alimento implebit, tũ caput onerabit. Quo magis ꝓſpiciendũ in primis eſt, ne q̃d nutrimẽti, neq; ante balneũ, neq; ante frictionem puerulo prębeatur. id fiet, ſi ad hæc adminiſtranda nutrix poſt longiſsimũ ſomnũ, tẽpus obſeruet. Id enim maximè tẽporis eſt, in quo vel inanẽ planè vẽtriculũ inuenias, vel certè concoctũ, ſi quid in eo remãſit. Quæ autẽ, vt hodie fit, faciũt, ſanè lædunt, aliæ vnũ, & certum diei tẽpus præſcribentes, aliæ quũ ipſę à negotiis vacẽt, tum demũ curantes. Quo

fit vt ſæpiꝰ lædi quàm iuuari puellos neceſſe ſit:quippe quod à nobis præſcriptũ tẽpus eſt,aliâs in aliud diei noctíſve tempus incidit.Maiorum tamen puerorũ,qui videlicet plagis, minis, obiurgationi, monitis parêre norunt,iis duplex tũ fricandi,tũ lauandi tẽporis occaſio eſt:prior ac cõmodior,quũ à matutino ſomno ſurrexerint,deinde luſerint,ac iam cibum petant.Tum enim maximè vocãdi ad hæc ſunt,ac corpus quidẽ ad ſanitatẽ pariter,& bonã habitudinem,animus ad obſequelam,& temperãtiam exercẽdus:interminandumq; nõ aliter nos cibũ præbituros,niſi quantum ipſi velimus, frictiõi balneoq; ſe permiſerint, atq; optimũ quidẽ tempus hoc fuerit.Quòd ſi qua occupatione, qui puellũ alit, auocetur, modico pane præbito,ludere permittat quãtũ velit: dein quum rurſus cibũ petierit, tũ fricet lauetq;.Minimè tamẽ bibere ei permittẽdũ poſt cibũ eſt,quẽ balneum excipit: quando ita præcipitatior eorũ,quæ vẽtriculus cõtinet, diſtributio in corpus fiet. Id verò in corporibus prorſus ſanis cauere oportet. quippe quibus vtilius ſit ante balneũ cibũ dediſſe,horum planè improbandi tum affectus ſunt,tũ corporũ ſtatus. De his verò in ſequentibus dicemus, nunc premendũ nobis propoſitum eſt:nempe vt puellum, cui

optimè affectum corpus ſit, ſic educemus, vt talis perpetuò ſeruetur: huic expedit, vt cibus balneum ſequatur. Quòd ſi, quo loco puellus alitur, balnei copia nõ ſit (fortaſſe verò nec iſta vnquã legêt) qui ibi habitãt: in concha pueros lauant, donec alterũ iam tertiúmve ætatis annũ attigerint, qui verò hos annos exceſſerint: eos, ſi non quotidiè, at certè tertio quoq; die, quartóve vngunt, atq; infricant. Quòd ſi anni tẽpus non prohibeat, ſtagna, amneſque his balnei loco ſunt. Apud Germanos enim planè ne nutriri quidem infantes contenderim, verùm nos neque Germanis, neq; aliis agreſtibus, aut barbaris hominibus hæc prodimus, nõ magis equidẽ quã vrſis, apris, leonibus, aut aliis id genus: ſed Græcis, & iis, qui tametſi genere ſunt barbari, Græcorũ tamẽ æmulantur ſtudia. Nã quis (quæſo) noſtrũ tulerit, modò editum infantulum etiã ab vtero calentẽ, ad flumẽ deferri, ibiq; (ſicuti Germanos aiunt) ceu candens ſit ferrũ, in frigidum humorem mergẽdo, ſimul de naturæ vigore periculum facere, ſimul corpus ipſum roborare? Quippe ſi citra noxam id tolerauit, & quod propriæ naturæ robur oſtendit, & nouũ præterea robur ex frigidæ cõmercio cõparauit, nulli nõ patet. Cæterùm ſi ab externo frigore naturalis calor

ſit victus: quòd protinus interire neceſſe ſit, id quoq; neminē latet. Quis igitur mentis cōpos, nec omnino ſerus, Scytháve, propriū pignus in id agere diſcrimē ſuſtineat, in quo errorē mors ſequitur, potiſsimùm quū ex eo periculo non magnū ſit quod lucrifaciet? Aſino enim fortaſsis, aut id genus experti rationis animanti vtiliſsimum fuerit, denſum ita tergus durumq; effici, vt citra dolorem frigus toleret: homini ratione prædito cuínam, quæſo, tam magno ſit vſui? Non enim ſi quis abſolutè, citraq; exceptionē pronuntiet, cutē denſiſsimā, duriſsimāq; vtilē ad ſanitatē eſſe, is rectè dicat. Quum nanq; animalis corpori duplex inſtet incommodū, alterū ab externis, alterum ab internis occaſionibus: quorum certè rara mollisque cutis eſt, ii ab extrinſecus imminētibus malis facilè tentantur: quorū denſa ac dura, ab interius. Itaq; etiam Hippocra. vbi de iis præcipit, quæ in nobis ab alimento ad cōmodū, incommodúmve cedunt, poſt alia multa hæc ſcripſit: [Raritas corporis, ad tranſpiratū iis quibus plurimū aufertur, ſalubrius: quibus minus, inſalubrius. Præſtat ergo vtrunque declinaſſe exceſſum, nec adeò aut denſam reddidiſſe cutem, vt corporis tranſpiratū prohibeat: aut rarā vt facilè à qualibet extrinſecus incidē-

ti occaſione lædatur.] Tale porrò natura eſt propoſiti nobis hoc loco puelli corpus, quũ ſit mediũ omnis exceſſus. Eſt ergo id ea ratione alẽdum, vt ſtatus ſui gratiã perpetuò ſeruet: ſeruabit autẽ, ſi primis quidẽ annis ſolo lacte nutrias, ac balneo dulcis aquæ & calẽtis vtare: quo videlicet corpus eius molle quã diutiſsimè ſeruatũ, ad plurimũ augmẽti perueniat. Ab his annis quũ iã mitti in ludũ eſt habilis, non neceſſe erit aſsiduis prætereà balneis vti, ſed interim dum luctari cõdiſcit, mediocriter inibi ante cibum exercitari ſat erit, ac balneo plerunq; abſtinere. Modũ verò in labore exceſsiſſe, quod nonnulli pædotribæ pueros cogunt, prorſus alienũ eſt: ſiquidẽ intempeſtiua duritie corporis inhibetur auctio, etiam ſi naturâ ſit ad auctũ quàm maximè cõparatũ.

Cap. ii.

Sanè vinũ quã diutiſsimè, qui ea natura puer eſt, ne guſtare quidẽ ſuaſerim: quippe quod hauſtũ, & humectat nimium, & calefacit corpus, tum caput halitu replet iis, qui humido calidoq; tẽperamento ſunt, quale eſt eiuſmodi puerorũ. Atqui nec repleri his caput eſt vtile, nec ipſos ſupra quã par eſt humidos, calidosq; fieri, quoniã eò iã caloris humoriſq; peruenerũt, vt ſi paululũ vtramuis qualitatẽ auxeris, iam modũ exceſſerint. Quũ autem ſit omnis exceſſus

ſugiendus, maximè hunc ſugere expedit; ex quo non corpori modò, verũ etiã animo dãnũ accedit. Quare neq; iam adultis vinũ, niſi modicè ſumptum, exiſtimãdũ eſt vtile eſſe: quòd videlicet & ad iram, & libidinem præcipites facit, & partẽ animi rationalẽ, hebetẽ, turbidanq; reddit. Cæterũ his ipſis ad bilis excrementa vel mitiganda, vel expellenda eſt ſanè nõ inutile: non minimum verò ad eam ſiccitatẽ, quæ in ſolidis partibus, aut ex immodicis laboribus, aut ex proprio ætatis tẽperamento prouenit. Humectat nanq; ac nutrit quicquid immodicè ſiccatũ eſt: tum bilis amaræ acrimoniã mitigat, ac frãgit: prætereà per ſudores vrinasq; vacuat. Pueri verò, ceu qui talẽ ſuccum minimè colligunt, quiq; naturalẽ humiditatẽ plurimã obtinẽt, vt cõmodorum, quæ vini potio largitur, planè non egẽt, ita incõmoda, quæ affert, tantùm ſentiũt. Nemo itaque rationis compos, ea vti potione pueros ſinet, quã, præter quàm quòd nullũ affert cõmodũ, immenſum etiam ſequitur incommodũ. At frigidæ potione omnino prohibendos eos non cenſeo, quod tamen aliqui faciunt: verũ à cibo plerunq; & per calores, quum ipſis cordi erit, vti nõ diſplicet, potiſſimùm verò (ſi copia eius ſit) fontanæ recentis, cui nulla qualitas vitioſa

aliunde ſit cōtracta:ea ſi non eſt,reliquarũ. Cauendæ verò ſunt quæ ex ſtagnis hauriũtur,& quæ turbidæ,& quæ malè olentes,& quæ ſalſæ, deniq; in quibus qualitas aliqua guſtu deprehenditur: quando quæ optima eſt,ea penitus nō guſtui modò horũ, verũ etiam olfactui omnis qualitatis expers videbitur , eadē quoq; tũ potui iucunda erit, tum planè pura. Quòd ſi præcordia quoq; celeriter tranſit,nihil eſt, quod magis idoneam requiras:quando ſi qua pura, lympidaq́; eſt,nec potu inſuauis,nihilo ſecius tamen circa præcordia hæret,hæc vitio non caret, atq; abſtinēdũ ab ea cēſeo, vtiq; quũ prorſus eſt frigida: cæterũ à calefacta non deterreo, ac tutiſsimũ quidē fit, experientia ipſa de eiuſmodi aqua iudicium fieri. Quòd ſi quis eſt , qui ex notis potius vim eius prænoſſe malit:cuius fons è petra ſcaturiēs,cōtra ſeptētriones fluit, ſoléq; auerſum habet,hanc ægrè concoctũ iri, tardiq́; trāſitus eſſe putandũ eſt:eadē nimirũ calefiet,frigeſietq́; tardè.Cōtrà, cuius ad oriētē ſolē fons erũpit quæq́; per meatũ aliquē mundũ,aut purā colatur terrā,eadēq; calefit,ac refrigeratur ocyſsimè:hanc omni ætati vtiliſsimā eſſe exiſtimandum eſt.Non enim ſicuti vino,eſcis,exercitatione, vigiliis,ſomno,ac venere, aliis aliâs vti pro ratio

tione ætatis expedit: ita de aqua quoq; ſtatuendũ eſt, ſed quã nunc optimã indicauimus,hac vti puero, iuueni, ſeni, conducet. Idem de aëre iudicãdũ, quẽ optimũ in pulmones trahere,omnibus iuxtà ſalubre eſt. Optimũ aërẽ cenſeo, qui prorſus ſit purus. Eiuſmodi verò fuerit, qui nec ſtagni, nec paludis halitu ſit infectus, nec ex profundo ſpecu peſtilentẽ aurã ſpirèt, qualis circa Sardis,& Hierapolin,aliubiq́, terrarum viſitur:nec qui ex cloacis,quæ vrbem,aut numeroſum exercitum purgent, vitiũ contraxit:nec qui ex animaliũ,olerũ, aut leguminum putredine,aut fimo,coinquinatur:nec qui ob ſtagnum, vel flumen vicinum, nebuloſus eſt:nec qui editis vndiq; montibus, in cauo loco cluſus, nullũ recipit perflatũ: Suffocans enim putriſque eſt,ſimilis ei,qui in domibus quibuſdam eſt incluſus,in quibus ob putredinem,& perflatus defectum, plurimus aceruatur ſitus. Huiuſmodi ergo aër omni planè ætati eſt noxius:ſicuti è diuerſo,qui purus omnino eſt, nulli nõ ætati eſt vtilis. At verò quæ ex calore, frigore, ſiccitate,humiditate,diuerſitas aëris cõtingit, nõ ꝓinde ſe ad oẽs homines habet, ſed corporibus,quæ optimo tẽperamẽto ſunt, etiam optimè temperatus aër eſt ſaluberrimus.In quibus verò aliqua exuperãs quali-

tas

tas dominatur,iis vtiliſsimus aër eſt, qui ei qualitati maximè eſt aduerſus,frigidus calidæ,calidus frigidæ, humidiori ſiccus, ſicciori quàm par eſt tantò humidior,quãtò ſiccitas ipſa modũ exceſsit, atq; hæc quidẽ hoc loco intellexiſſe ſat eſt.Quẽadmodum verò incõmoda, q̃ ex vitioſis aëre aquisq́; proueniunt,corrigas, alio volumine dicetur.Nũc enim optimũ corporis ſtatum, ſimul cum optima victus ratione, ceu ſcopũ ac regulã quandã tractare conſtitui. Quæ enim vitioſa in aliquo corpora ſunt, horũ varietates omnes,vnà cum idonei ipſis victus ratione in ſequẽtibus libris proſequemur. Quare rurſus ad optimi ſtatus puerũ reuerſi, ſecũdũ ſeptenniũ eius explicemus, & cuius tẽperamenti ſit,& quódnã poſtulet victus genus. Ergo tẽperamẽtũ eius (vt in libris,quos de tẽperamẽtis ſcripſimus, euidenter oſtendimus) calidũ eſt eodẽ gradu, quo prius, humidũ verò non eodẽ, quãdoquidem omne animãs ab ipſo ſtatim ortu, ſiccius in dies efficitur: minimè tamen per omnes ætates,aut calidius, aut frigidius euadit.Sed quorum optimè ſe habent corpora,iis calor ſimilis quodammodo vſque ad ſummum incremẽtũ manet:quorum verò humida, frigidaq́; ſupra optimæ conditionis corpus ſunt,horum calor augetur. Sed

† non

† *Mendosè legitur in Græc. cod. impreſſis, ἀλλ' ὑγιεῖν λόγος pro ἀλλ' οὐκ νῦν λόγος.*

† nõ eſt nũc de his ſermo. Cui verò optimi ſtatus corpus cõtigit, is ad quartũdecimum vſq; annũ, iam traditam victus rationẽ obſeruet: illo tamen in exercitatione ſeruato modo, vt neq; immodicè ſe, neq; violenter exercitet, ne corporis eius id incremẽto ſit in mora. Lauetur autẽ calida potius quàm gelida, vt qui nondum hãc citra noxã tolerauerit. Hoc ætatis animum quoq; finxiſſe aptiſsimũ eſt, idq; potiſsimũ probis cõſuetudinibus, & grauibus diſciplinis, quæ animo modeſtiam pariant. Quippe ad ea, quæ ſequente ætate circa corpus eius moliri oportebit, maximo compẽdio ſit, animi modeſtia, & ad parendũ facilitas. A ſecũdo verò ſeptennio vſq; ad expletũ tertiũ, ſiquidẽ ad robuſtiſsimum corporis habitũ prouehere hominem cupis, aut militẽ eum ſtrenuum, aut luctatorem, aut aliâs viribus inſignem deſtinans: vtique de iis animi dotibus, quæ ad ſcientiã, ſapientiãq; pertinent, minus laborabis. Quæ enim ad mores ſpectant, hac maximè ætate perfici, abſoluiq; conuenit: ſin corporis membra roborare hactenus cupis, dum ſanũ quendã habitũ, & incrementũ iis cõpares, animi verò rationalẽ partem ornare adoleſcẽtis ſtudes: nõ eſt vtrobiq; eadem victus ratio ex vſu. Quanquã etiã tertiã, quartãq; vitæ formulam

nos †

Iam licet inuenire, aliis ſordidarũ cuilibet artium deditis:idq; vel ei quæ corpus exerceat,vel alienum ab exercitio id teneat, aliis ad agriculturã, vel mercaturã, vel tale quippiã ſe conferentibus. Quæ genera tot numero ſunt, vt difficile certè videatur omnes vitæ ſpecies certo numero cõplecti. At ars quidem quę ſanitatẽ tuendã profitetur,omnibus profectò hominibus ſanitatis tuendæ documẽta pollicetur,aut ſingulorũ propria,aut omniũ cõmunia, aut hæc quidem propria,illa verò cõmunia.Verũtamẽ fieri nequit, vt de omnibus ſimul diſſeratur.ſed vt primo loco,quemadmodum quis ad longiſsimũ prolata vita,etiam bona valetudine perpetuò vtatur.(Sanè hãc vitam ab omnibus quòd neceſsitate ſe ingerit negotio,liberam eſſe oportet,ac ſoli corpori vacare.)Secũdo loco, vt de iis,quæ cũ arte aliqua,aut opere,aut exercitio aut miniſterio priuato,publicóve:in ſumma,quæ cum premẽte aliquo negotio coniũctæ ſunt, ſic vtiq; fieri poteſt,vt de omnibus diſſeratur, neq; enim aliter aut dilucidus, aut memoratu facilis,aut certa methodo traditus ſermo noſter videatur,niſi hũc ordinẽ ſequatur.Sed ad id quod primo loco propoſitum eſt reuertendũ, docẽdũq; quẽadmodũ qui optimũ corporis habitũ eſt nactꝰ,ab omni

bus,quę ad publicū in vita ſpectāt ſecedēs, ac ſibi ſoli viuens, nec morbo vllo, quoad fieri poteſt,vnquā tētetur,nec ante longiſſimū vitæ tēpus morte occupetur.Immortale nāq; fieri quod genitū eſt, planè non poteſt(tametſi noſtri tēporis philoſophus quidā in egregio ſcilicet opere illo, in quo immortalitatis viam docet, id oſtēdere ſit aggreſſus.) Vt verò in plurimū perduret tēpus, id verò fieri poſſe profectò conuenit, præſertim eius qui optima ſit natura. Sunt enim qui ab ipſo ortu adeò improſpero corporis ſint ſtatu,vt ne, ſi Aeſculapiū quidem ipſum iis præfeceris, vel ſexageſimū annum videāt,ſed non eſt nūc de his locus. Quare ad illū potius qui optimo eſt habitu reuerſi, repetamus ea,quæ inter initia demonſtrauimus, nēpe quòd comeſſe,bibereq; nobis neceſſe eſt,propterea quòd è corpore noſtro aliquid ſemper defluit. Quum verò edendū nobis, bibendūq; ſit, neceſſe rurſus eſt excernēdorum curā, rationemq; haberi. Horū verò quum variæ ſint ſpecies, aliæ eorū quæ in ventre perficiuntur, aliæ eorum quæ iecinore,arteriis, & venis,aliæ eius, quod per ſingula mēbra diſtribuitur alimēti: ſanè cuiuſq; ſuam eſſe vacātionem oportet, ſicuti idipſum ab initio inſtituiſſe Natura videtur, quæ inſtrumen

men

menta animalibus cõtulit, alia quæ excrementa ipſa expurgent ac ſeparent,alia quæ deducant,alia quæ in vnum colligant, alia quæ excernant. De quibus omnibus tractatũ nobis fuſiùs eſt in iis cõmentariis, quos de naturalibus facultatibus,& quos de particularum animalis vſu inſcripſimus, nunc hypotheſeos loco præſumenda erũt ad ea quæ paramus. Primùm nanque excrementum & à ſyncero ſeparatur,& paulatim impellitur per omnia inteſtina vſque ad ſatis capax ſpatium, quod in eo inteſtino viſitur, quod ab argumento rectum vocant. Ad cuius exitũ muſculi quidã ſunt inſerti, qui ipſum coërceãt,intusq; detineant,ac ne immaturè effluat,vetẽt. Poſteà verò quàm plurimũ congeſtũ iam graue animali fuerit,tum foras agi ſinunt,ad celeritatẽ emiſſionis etiã abdominis muſculis, vnà cum tranſuerſo ſepto, adiuuantibus. Iecinoris excrementorũ aliud eſt,quale quod florem in vino appellant:aliud,quale quod fæx dicitur. Attrahitur alterũ à veſicula, quæ iecinori ſubiicitur, alterũ à liene. In his collecta excernuntur,alterum in priorem tenuis inteſtini partem: [alterum in ventriculum:] ab hiſque iam per omnia inteſtina, vnaq; cum ſicciori alimenti excremẽto permeant. Quod autem in venis, & arteriis

teriis excrementum aceruatur, eiuſmodi planè eſt, quale in lacte cõcreto ſerum: hoc renes à ſanguine ſecernẽtes, ad veſicã trãſmittunt. Ea porrò id colligit, ſeruatque ad eundem fermè modum, quem de ſicco excremento ſuprà retulimus. Quippe adnaſcitur hîc quoque ad exitum ipſum muſculus quidam trãſuerſus, qui oſculũ veſicæ ita ad vnguem cõprimit, vt inde nihil effluat. Poſtquàm verò huius quoque collecta iam copia animal vrget, illico ſe remittens, laxansque, ſtatione cedit. Veſica verò omne excrementum excernit: rurſus hic quoque ad celeritatem exitus auxiliantibus muſculis iis, qui in abdomine ſunt ſiti. Reliquum excrementorum genus, in ſingulis animalis naſcitur particulis ex ipſo, vnde aluntur, ſucco, aliud quidem ceu † ſemicoctæ quæpiã reliquiæ, quæ aſsimilari nutriẽdæ parti nequiuerunt: aliud quod trãſmittendi alimenti fuit vehiculũ. Nunc functum officio humidũ tenueq; ſupereſt, quale nimirum ſeroſum illud iam dictum, quod ex vaſis, id eſt venis, & arteriis, in veſicam defluit, huic excremẽto nullus certus à natura præſcriptus meatus eſt. expellitur tamen partim actum per ipſa molliora corpora, quæ fluentis eius violentiæ cedunt, potiſsimum quũ à ſpiritu, maiore impetu irruente, impel

† Mendosè legitur in Aldi. ἡμί-πτων, pro ἡμιπέ-πτων.

pel

pellitur: partim etiam per exiguos omnes corporeæ molis meatus, *πόρους* Græci vocant: quorum non modò reliquum corpus vniuerſum, ſed etiam tota cutis plena eſt. Dictum autem nobis de generatione horum eſt in libris, quos de Temperamentis edidimus. Ergo tenuiſsimum huius generis excrementum, facilè ſanè eiicitur, partim in ſpeciem halitus ab inſito calore ſolutum, partim violẽto motu confertim erumpens. Appellant verò quod ita excernitur, ſudorem: alterum verò cui nullum publicè nomen eſt, quod videlicet nec vulgò eſt cognitum, vt quod conſpectum præ tenuitate effugiat: ab iis qui id ratione contemplati ſunt, *ἄδηλος αἰσθήσει διαπνοὴ* Græcè, id eſt tranſpiratio, vel perflatus ſenſum latens, vocatur. In hoc inſenſibili perflatu etiam craſsioris excrementi nonnihil excernitur: huic autem & vehementiore calore, & fluoris impetu maiore opus eſt: quum alioqui periculum ſit, ne ante itineris finem, ſiſtatur ſaltem ad cutem. Ab hoc excremento tum pilis originem eſſe oſtenſum nobis eſt, tum verò iis, quæ ſuper omnium cutem ſemper aceruantur, ſordibus. Ac dicta fermè nobis vniuerſa ſunt, tum generationis, tum etiam expulſionis excremen-

torum capita: quæ in aliis noſtris operibus, quorum proximè meminimus, euidēti demōſtratione aſſerta, hypotheſes opportunæ ſunt iis, quæ nunc molimur. Nam quoniam eiici hæc oportet, vtpote quæ vitioſa qualitate ſint (tametſi Aſclepiades reclamet) conuenit, arbitror, primùm nouiſſe, quibus maximè cauſis remorētur: dein rationem iniri, qua nec in ipſas incidatur: ac ſi quando inciditur, quāprimùm error corrigatur. Atq; ne incidatur quidem, hinc licet aſſequamur, vtique ſi excreta abundè ſint nécne, cōpertum habuerimus: vt verò erratum iam corrigatur, certa methodo eſt opus. Dicamus itaque primùm à quibus maximè remorentur memoratorū excrementorū ſingula: mox quo pacto quod retentum eſt,† expediatur. Ergo iis, quæ in ventre continentur, excrementis mora cōtingit, aut ipſius cibi potionisq; culpa, aut ipſius ventriculi vnà cum inteſtinis. Et cibi quidem potionisq; vitio, aut propter qualitatem eorum, aut quātitatem: ad hæc propter ordinem, vtendiq; modum. Et propter qualitatē quidem ſi acerba, auſtera, at ſiccæ naturæ fuerunt: propter quantitatem, ſi iuſto plura, aut pauciora ſunt aſsūpta. Ordinis culpa, ſi quæ ſicca aſtringētiá ve ſunt, primò: quæ humida, pinguia, & dulcia, ſecun

† Mendosè legitur in Græc. cod. impreſsis προτρέψειν, pro προτρέψει.

cundo loco ſunt ſumpta. Modi vſus ratione,ſi quum bis fuit edēdū, totū ſemel ſumpſerit.Quæ verò vētris inteſtinorúmve vitium ſequitur excrementi mora, vel ob naturalem eorū affectū accidit, vel certè acquiſititium.Ac quæ quidē naturæ eorū vitio cauſæ proueniūt, ex prauis corporis habitibus aliqui ſunt: ſicuti, vbi de iis agemus,dicetur.De acquiſititiis hoc loco agemus.Recentium ventris affectionum octo ſunt differentiæ,ſingulæ ipſo genere intēperies:& quatuor quidem ſimplices, calor, frigiditas,ſiccitas,humiditas, quatuor compoſitæ,calor vnà cū ſiccitate,idē cū humiditate, frigus adiūctum ſiccitati,idem cum humiditate. Sanè eo creuiſſe magnitudinis harū quamlibet oportet,vt iam inualidam reddiderit impultricē vim, aut vētris tantum,aut gracilis inteſtini,aut plenioris, aut etiā omniū ſimul,aut ex his quorundā, Creantur porrò eiuſmodi intēperies, modò ab iis quæ intrò in corpus ſumētur, modò ab iis quæ foris incidunt. Et ab iis quæ in corpus ſumūtur,quum in cibo, vel †potione vis quæpiā medicinalis eſt immiſta ex earum genere,quæ vel calefaciunt, vel refrigerant,vel ſiccant, vel humectant,vel vnà calefaciunt & ſiccant, aliáve quapiam cōnexione harum qualitatum afficiunt.Ab iis

† Mēdosè legitur in graec. cod. impreſſis σώμασι. i. corporibus, pro πόμασι. i. potiōibus.

 iis

iis quæ ſoris incidunt, vel ambientis nos aëris vitio, quũ is immodicè calefacit, aut refrigerat, aut ſiccat, aut humectat, aut copula quauis harum qualitatum afficit: vel aquę, qua lauerimus; vel vnctionis, qua vncti ſimus, vel denique alterius cuiuſquam, quod quum foris vẽtriculo adhæſerit, aut calefaciendi immodicè hunc, aut refrigerandi, aut ſiccãdi, aut humectãdi vim habuit. His igitur de cauſis ſupprimitur excrementũ ventris. At flauæ bilis excrementũ moratur aut propter attrahentis, expellentiſve facultatis infirmitatẽ: aut propter vaſorũ, quibus deducitur, atq; excernitur, anguſtiam. Porrò infirmitas, tum veſiculæ totius, quæ iecinori ſubiicitur, tum eorum meatuũ, qui ab ea in iecur ſubeunt, tum eorum, quibus in inteſtinũ bilis euomitur, ex recenti intemperantia, prouenire poteſt, tali vtiq; quali inteſtinorũ vẽtriſq; impultricẽ vim lædi diximus. Anguſtia verò vaſorũ, aut phlegmonis vitio fit, aut propter ſcirrhos (hi ſunt durities quædam non ſenſiles) aut obſtructionem, aut cicumiacentium partiũ innixum, aut oſcillorum conniuentiã. Iam ipſa proximarũ partiũ compreſsio, aut propter immodicam copiam eorũ quæ in ſe cõtinẽt, aut propter phlegmonẽ aut ſcirrhum accidit. Aequè & oſcil-

lorum conniuentia, aut propter horũ quippiam, aut etiam ſiccitatem. Porrò ſiccitatem accidere faciunt & quæ valẽter aſtringunt, & quæ pariter calefaciunt, & ſiccant. Illa nanq; humorem exprimendo, & quæ patebant contrahendo, conſtringendoque, ac denſando: hæc eliciendo per halitum humore ſiccitatem inducũt. Phlegmone nanque, & ſcirrhus quoniam morbi planè ſunt, ad præſentem diſputationem non pertinent, & alioqui de ipſis commodius agetur in ſequentibus. Pari ratione atræ bilis excrementum aliquando ſiſtetur, ſi lienis ad amaræ bilis veſicam: vena verò quæ ad illum à porta iecinoris pertinet, ad vaſcula illa, quæ amarũ excrementũ attrahunt: quæ verò ex liene in ventriculum fertur, ad meatum illum qui amaram egerit, proportione ſit affecta. At excrementum quod per ſingulas animalis particulas congeritur, & copia ſui, & craſsitudine, & præterea †lentore remoratur: ad hæc ob imbecillitatem caloris, [qui id diſſecet ſoluatque] præterea tranſitus anguſtiam. Ac copia quidem, craſsitudo, & lentor vel ex cibi potionísque natura prouenit, vel ex recenti quapiã alteratricis facultatis in eo, qui nutritur, infirmitate. Imbecillitas verò caloris, qui id excremẽtũ reſoluat, ac tenuet, ab

† Mendosè legitur in Græc. cod. impreſsis, γλισχρότερον, pro γλισχρότητα.

[In Græc. codic. impreſsis legitur λύσας. Sed melius in veteri ἀλλοιώσας. id eſt, qui id alteret.

exercitandi defectu prouenit, Anguſtia tranſitus aut ob ſcirrhum, aut phlegmonem, aut obſtructionem, aut compreſſum alicuius, aut conniuentiam euenit, quorum cuiuſque originis rationem paulò antè retulimus. Sunt tamen partes, quæ præter latentes hos meatus alios quoſdam apertos, & conſpicuos obtinent: ſicuti cerebrum, & oculus. Id autem inſtitutum à natura eſt, aut propter eminētiam particulæ, aut propter actionem exquiſitiùs obeundam, aut propter continentium corporum ſpiſsitudinem. Eſt nanq; cerebrum rationalis animæ ceu domicilium: quod cùm oſſe ſolido vndiq; ſit ſeptum, plurimis, maximiſq; canalibus expurgatur: primùm per nares, & palatum: ſecūdò per vtranq; aurem: tertiò per caluę commiſſuras: nec abſimile eſt etiam aliquid ab eo, confluere ad oculos. Oculus verò ipſe non tanquam primatum aliquem inter partes obtinēs, ſed velut qui purus eſſe omnino poſtulet, quò videlicet probè munus ſuū obeat, per euidētes meatus eiicit quicquid in eo excrementi gignitur: nempe per nares, genáſq;. Ergo excrementorum tum cauſas, tum inſtrumenta iam diximus: quæ quemadmodum quis retenta expediat, atque euocet, deinceps docendum, initio rurſus à ventre ſumpto. Ergo

go illud commune omnium excremento-rum documentum ſit, vt retentionis cauſæ cōtrariam cauſam ſemper admoueas. Speciale verò per ſingulas hoc, ſi comeſtorum paucitate, & ſiccitate reſtricta aluus ſit, vt tum plura, tū humidiora exhibeas. Si ſiccitate, plura quidem non offeras, ſed humidiora. Si auſteritate, & acerbitate, dulcibus, & pinguibus cibes. Quòd ſi in ordine ſumptorū erratum ſit, vt eum errorē corrigas, ſi quum bis edēdum erat, ſemel comedit: vt non bis modò, ſed etiam ſæpius paſcas. Eodem planè modo, & recēns contractas intemperies, contrariis remediis ſarcias: nempè quod ſiccatum eſt humectans: quod refrigeratum eſt, calefaciens: ac reliquos affectus ſimili ratione corrigēs: Quibus verò hæc fiant: in iis quæ de medicamentis ſcripſimus, proditæ materiæ ſunt. At flaua bile retenta, ſi quidē obſtructionis culpa id accidat, eo qui extenuet victu vtēdum: cuius materia ſingulari volumine à nobis eſt tradita. Sin ex compreſſu id eueniat, qui nimirum fit ob immodicā repletionem eorum corporum, quæ veſicæ felleæ meatibus ſunt vicina: ſiquidem ex craſſitudine ſucci id incidit, extenuante victu eſt vtendum: ſin ex multitudine, præſidiis quæ vacuent. Quòd ſi ob phlegmonen,

ſcirrúmve id contingit,iã res ſanitatis tuẽdæ profeſsionem exceſsit. Sin propter recẽns contractam intemperiem, quæcunq; victa qualitas eſt, hãc reſtituere tentandũ. Ad eãdẽ formulã, & conniuentiam oſcillorum aperire conueniet.Si ab auſteris facta eſt, pinguibus, & dulcibus aſſumi iuſſis:ſin iis quæ calefaciunt,& ſiccant ſucceſſit, adhibitis quæ refrigerent & humectẽt. Dicetur & taliũ materia in ſequentibus libris.Idem expurgandi modus etiam tertio excrementorum genere retento, quod per ſingulas animalis partes colligi diximus, conueniat.Nã ſi cõtracta ſint, & tanquam conniueant meatuum ora,per aduerſa iis, quæ ſic affecerunt,ſuccurrendũ eſt:nempe quæ ex frigidis cauſis ortæ coarctationes, conſtipationesq; carneæ molis ſunt; veluti quæ ex ambientis rigore corporibus noſtris inciderũt,eas calefaciẽdo. Rurſus eas, quæ calori,ſiccitatiq; ſuperuenerunt,veluti quæ feruoribus euenerũt, refrigerando & humectãdo. Pari modo & quæ aſtringentium vitio prouenêre (cuius generis ſunt aluminoſæ aquæ) has pingui ac molli frictione,vnà cum dulcis aquæ balneo reparando.Quòd ſi vel craſsitudinis,vel abundantiæ, vel lentoris excrementorum vitio, obſtructi meatus ſunt: tenuatoria victus

ctus ratio his apta erit: prætereà medicamenta quæ calfaciũt, ac diſſecant, quædam intrò deuorata, quædam foris admota: anteq; hæc omnia exercitatio. Nã eo quoq; tum ſoluere excrementa poteſt, tũ per ſudoris meatus eiicere; tantoque tam cibis quàm medicamentis tenuantibus præſtat, quanto ſatius eſt nullo corporis noſtris habitus incommodo exigi, quæ redundant, quàm pariter & carne liquanda, & ſolidis extenuandis. Hæc nanq; incommoda calidis, extenuantibusq; medicamentis ſuccedunt. Exercitationibus verò adeò nihil tale ſuccedit, vt etiã firmitas quædam membris accedat, quũ & naturalis ipſe calor accenditur; & ex partiũ inter ſe attritu duritia quædã, indolẽtiaq; comparatur. Quẽadmodum verò ſe aliquis debito tẽpore, menſuraq; exercitet; ac ſingulatum actionum ordine decẽti, qualitateq; vtatur: nũc equidem exequi nõ ſtatui: ſicut nec de alimenti ipſius tẽpore, modo, ordine, qualitate: ſed nec de tenuãtibus cibis ac potionibus, nec de iis medicamentis quæ qualitatẽ immutãt. Nullius enim horũ hactenus particularẽ vſum diximus, cõtẽti ſummatim, & per capita tãtũ attigiſſe: verùm in ſequẽtibus libris de omnibus fuſiùs agetur. Nũc in cõpendiũ redigere totum opus placuit:

quatenus nulla materia latêret, cuius eſſe peritum deceat, qui omnẽ ſanitatis tuendæ artem profitetur, hũc ὑγιεινὸν græcè voces: ſicuti gymnaſten, qui tantùm, quæ ad exercitationes pertinent, callet: quin Eraſiſtratus quoque ita eum appelllauit. In ſequentibus verò voluminibus dictarũ iam materiarum cuiuſque tum tempus quo exhibebitur, tum qualitatem, tum vſus rationem trademus ita, vt non iam materia tantũ ſit, ſed ſanitatis cõſeruãdæ certa cauſa. Etenim in tribus hiſce primis generibus cõſiſtit ſanitatis tuendæ ſtudium, æquè ac medendi methodus: nẽpe corporibus, cauſis, ſignis. Corporibus quidẽ, iis quę & ſana iam ſunt, & eo ſtatu ſeruari debent. Signis verò corporũ accidentibus, ex quibus corpora ipſa dignoſcuntur. Cauſæ ſunt ex quibus cuſtodia ſanitatis perficitur. Harum materiam quatuor generibus iuniorum probatiſsimi ſunt complexi: admouendis, educendis, faciendis, extrinſecus incidentibus. Et admouendorum quidem nomine, cibus, potio, & ſi quid medicamentorum intrò ſumitur, etiam aër attractus intelligitur: faciendorum verò, frictio, ambulatio, vectio, equitatio, denique omnis motus. Quòd ſi non quiuis motus exercitatio eſt, ſed ſolùm qui valentior eſt, adiiciatur motui exercita-

tio

tio, vt ſint facienda, tum motus, tum exercitatio. Referuntur ad hoc cauſæ genus, ſomnus, vigilia, & venus. Ex foris incidentibus, primus eſt circũdatus nobis aër: dein de quæcunq; lauantium vngentiúmve† cuti propinquant, etiam ſi quod medicamentum ſanitatis tuendæ fines non exceſsit: veluti ſal, myrta, nitrũ, aphronitrum & aquarum aliquæ ſponté natarum, & calentium. Educendorum verò materia prædicta paulò ſupra eſt. An verò quatuor illis generibus, rectè ex aduerſo diuiſio cauſarum generis ſit facta, non facilè dixerim. Quum melius fortaſſe ſit, admouendis, educendis, faciendis, & incidentibus alterari, immutariq́ue corpus dicere. Mutationem verò aut in qualitate fieri: aut quantitate. In qualitate, dum aut incaleſcit, aut refrigeratur, aut ſicceſsit, aut humectũ redditur. In quantitate, dum alitur, aut inanitur. Iam inanitionem ipſam, duplicem quoque eſſe: alteram excrementorũ, de quibus mox diximus: alteram naturalis ſubſtantiæ noſtræ aſsiduè defluentis, quæ nutritioni ex aduerſo opponitur. Notaſſe hoc loco operæpretium fuerit homonymiam, quam Hippocrates in opuſculo de nutritione diſtinxit his verbis: [Alimentum aliud eſt quod nutrit, aliud quod quaſi eſt nutriens, aliud, quod

† In veteri. Græc. cod. addi. ἢ διαπαλαίουσι ἐν κόνει id eſt aut exercentium ſe in puluere.

quod nutriturum eſt. Quippe ei, quod prima ſignificatione alimentum, ſiue nutritio eſt, ſubſtantiæ ipſius fluorē rectè opponas. Ei verò quod in ſecūda ſignificatione accipitur, tum hæmorrhagiā, id eſt, ſanguinis profluuium, tum vno verbo omnē ſanguinis inanitionem. Ei verò quod tertio ſignificato dicitur, vomitum, & lienteriā, id eſt, inteſtinorum læuitatem. Verùm de talibus diuiſionibus ſtatuere, pro arbitrio cuiuis liceat. Quiſquis autem propoſitam artem ritè adminiſtrabit, hūc omnis materiæ, quæ ad ſalubrem victus rationē pertinet, vires habere compertas eſt neceſſe: quando hinc demum dexter eius oritur vſus. Contingit autem dexter eius vſus, vbi opportunum cuiuſque tempus, ac modum quis inuenerit. Quare huc potius cenſeo properandum, quàm prauis opinionibus refellendis immorandum. Sed quoniam ſatis verborum primum hoc volumen cōtinet, claudetur hoc loco: quod reliquum operis eſt, in cæteris exequemur.

*

CLAVDII GALENI DE SANITATE TVENDA LIBER SECVNDVS, THOMA LINACRO ANGLO INTERPRETE.

Quæ in ſecundo libro de tuenda ſanitate habentur.

Eum qui optimam corporis conſtitutionem ſortitus ſit, & vitam liberam degat: quid agere oporteat.

Defrictionum differentia.

Quo in loco fricari opus ſit atque exerceri ſingulo quoque anni tempore.

Quæ ſint exercitationum differentiæ.

Florenti ætati venerem præcipuè conuenire, non eis quæ antè vel pòſt ſunt ætatibus.

Quid ſit id, quod Græci apotherapiā appellant.

Quid ſit durum, & molle in corporibus, & rarum ac denſum in meatibus.

Exercitationum ſpecies, & quæ exercitationes quibus partibus corporis vſui ſint.

Art

ARTIS QVAE DE SAnitate tuenda inſtituitur: ſummas, ſcoposq; proximum volumen edocuit: nūc ſingula membratim diſtinguere tentandum, initio rurſus ab iis ſumpto, in quibus proximus liber eſt finitus. Proponatur itaque nobis in hoc libro ſaluberrimæ naturæ puer: qui iam tertium ætatis ſuæ ſeptennium ingreditur: cuius corpus effingere componereque: quoad fieri poteſt quamoptimè, propoſitum ſit. Ac primum hoc ipſum definiendum, quid ſibi velit quod adiecimus, optimè: vult autem nimirum illud, Veluti corporum ipſorum numeroſa ſanè diuerſitas tradita eſt: ita vitæ rationum, quibus viuimus, ſpecies ſunt diuerſæ. Ergo fieri nequit, vt in qualibet propoſita vita, optimam corporis noſtri curam adminiſtres, ſed quæ cuique optima ſit, hanc vtique licet, quæ abſoluto ſermone optima ſit, in omni exequi vita non eſt. Nam maxima hominum pars implicitam negotiis vitam agit, quos etiam lædi ab iis, quæ tractant, eſt neceſſe: nec tamen mutare conditionem licet. Alii etiam per inopiam in eiuſmodi vitæ ſortem incidunt, alii ſeruitute, quam aut parentibus hæreditariam acceperunt, aut aliàs per vim aliquam

quam

quam capti, raptíve, quas ſolas eſſe ſeruitutes vulgus æſtimat. Mihi verò & qui ambitionis, aut cuiuſuis cupiditatis gratia, negotiis impeditã vitam delegerunt, quo minus corpori curando vacare queãt, hi quoque ſeruire vltrò dominis, & quidem peſſimis videntur. Quare his optimam prorſus corporis curam ſcripſiſſe, ſuperuacuum ſit. Verùm ſi quis planè tum animo, tum verò optione ſit liber, huic præcepiſſe fas eſt, quemadmodũ & ſanitate plurimũ fruatur & morbis minimè tẽtetur, & cõmodiſsimè, citraq; moleſtiã ſeneſcat. Quin etiã ſanitatis tuendæ methodus, ſicut alia planè quælibet ratio, viaq;, eiuſmodi docẽdi initiũ poſtulat. Siquidẽ quod ſimplex inculpatũq; eſt in omni genere, id cęteris omnibus quę nec ſimplicia ſunt, nec culpa vacãt ceu regula quædã præponi poſtulat. Sanè ſimplex, inculpatunq; in corporibus quidẽ eſt, quod optimo eſt habitu. in vitę generibus, quod omnino liberũ eſt. Primũ igitur hoc libro duo hæc cõiuncta tractemus: deinde cuiq; vitioſo corporis ſtatui, vita libera ſit adiũcta. Mox optimæ corporis cõſtitutioni ſingulæ, ſeruilis vitę ſpecies copulentur. Poſtremò vitioſos corporũ habitus, cũ ſeruilibus viuendi generibus maritabimus, ſi quidẽ plenus nobis, abſolutusq; ſermo fu-

turus eſt. Quódnam igitur propoſitæ artis initiũ cœperimus, ad eius tutelã corporis, quod & optimæ ſit notæ,& tertiũ ætatis ſeptenniũ iã ingreſſum,& cæteris poſt habitis omnibus, vni corporis curæ vacet? Mihi ſanè videtur id quod ab Hippocrate traditũ eſt,tũ in aphoriſmis,quũ ait[Labor cibum præcedat] tũ in popularium morborum ſexto volumine,vbi ita ad verbũ præcipit [Labor cibus, potio, ſomnus, venus, omnia mediocria] Nam & modum ipſum ſingulorũ definiuit, addito ad finẽ dictionis epitheto,mediocria:& tempus æquè ſignauit,ipſo ſermonis ordine.Quippe ſanitatis tutelã à labore eſt auſpicandũ quem excipere debent cibus, potio, deinde ſomnus,mox venus, in iis videlicet,quibus venere eſt vtendũ.Nam reliqua certè omnia cuiuſq; ætatis ſunt cõmunia. Venus ætate tantũ florentiũ eſt, vtiq; quo tẽpore etiam eius vſus eſt. Quæ enim hãc vel præcedũt ætates, vel ſequũtur:aut planè ſemen†non effundunt,aut certè,infœcũdum, aut malè fœcundũ effundunt,verùm diſceptatio de venere in ſuum locũ differatur. A laboribus verò ordiendũ:illo ante omnia diſcuſſo,an idẽ ſint, labor, motus, & exercitatio: an labor & motus idem, aliud verò ab his exercitatio: an motus res diuerſa,labor, &

exe

† *Mědoſè legitur in Aldi. ἢ δ' ὅλως, pro ἢ ἀδ' ἐλως.*

exercitatio neutiquam differant. At mihi quidem non quiuis motus, exercitatio videtur, ſed tantùm ſi quis vehementior eſt. Quoniam autē eorum, quæ ad aliquid dicuntur, eſt quod vehementius dicitur, fieri poteſt; vt idē modus alteri ſit exercitatio, alteri non ſit. Terminus igitur vehemētiæ eſto, anhelitus alteratio: quando in quibus nulla ſit anhelitus mutatio, hos nondum exercitationes vocamus. Quod ſi quis maius, celeriúſve, aut crebrius iā ex motu aliquo reſpitare cogitur, huic certè tātus motus exercitatio fuerit. Ea igitur communiter exercitatio vocatur, propriè verò à loco Græcè dénominatur, quem gymnaſion ipſi appellant. Is locus eſt in publica aliqua vrbis regione extructus, quo vngendi, fricandi, luctaturi, diſcum iacturi, aut tale quippiam facturi, confluūt. Laboris appellatio idē mihi ſignificare videtur, cū priore ſignificatione nominis gymnaſii, ſiue exercitationis, nempe communi illo, quod prædiximus: quippe quum & qui fodiunt, & qui metunt, & qui equitant, non laborent modò, ſed etiam exercitentur, communi ſanē exercitationis appellatione. Et de nominibus quidē ita nobis determinatum ſit, atq; ad hæc ſignificata, omnis mihi deinceps ſermo inaudiatur, nec tamen

ſi quis eſt, qui aliter vti velit, prohibeo: quando nõ huc de recto nominum vſu diſputaturus acceſsi, ſed quemadmodũ ſanitas cuſtodiri maximè poſsit. Ad id verò quũ percõmodũ erat de exercitatione, labore, omni deniq; motu diſtinguere, nominũ ſignificatus definire ſum coactus. Atq; exercitationis commoda, etſi in priore volumine tradita ſunt, nõ inutile tamẽ ſit hîc quoque paucis ea denuo repetere: quando ea non ſolùm ſcopus, ſed etiam veluti iudices ſunt, omnium, quę ſigillatim in exercitationis arte geruntur. Fuêre autem, arbitror, genere duplicia: hæc quidem ad excrementorum [inanitionem: illa] ad euexian, id eſt commodam † corporis habitudinem efficacia. Nam quoniam vehementior motus exercitatio eſt, neceſſe quidem eſt, tria hæc ab ea perfici in corpore exercitando: membrorum duritiem ex mutuo ipſorum attritu genuini caloris augmentũ, & ſpiritu citatiorem motum. Sequi verò hæc reliqua omnia priuatim cõmoda: quæ corpus exercitiis accepta refert, vtiq; ex membrorum duritia, tum vt minus ex labore afficiantur, tum ad labores robur. Ex calore, tum deducendorum in corpus validum attractum, tum immutationem magis expeditam, tũ nutritionem magis felicem

† Solidarũ partium. nã græcus codex habet εἰς αὐτὴν τῶν στερεῶν σωμάτων τὴν εὐεξίαν.

cem, tum*vt ſingulæ corporis partes ſint (vt ita dicam) perfuſæ. Cuius affectus beneficio, & ſolida molleſcere, & humida tenuari, & exiguos corporeæ molis meatus, laxiores fieri accidit. At ex ſpiritus valẽtiore impetu, & purgari hos omnes meatus neceſſe eſt, & excrementa expelli. At qui ſi exercitatio hæc præſtat, haud difficilè ſanè ſit, tempus vtendæ eius ſtatuiſſe. Nã quoniã digeſtionẽ in corpus adiuuat, non debet quũ adminiſtratur, crudi incoctiq; cibi, aut ſucci multitudo, vel in ventre, vel in vaſis contineri: vnde periculum ſit, ne prius, quàm per maturã concoctionẽ vtilis ſit, in omnes animalis partes †rapiatur. Quoniam verò & exiguos meatus expurgat, & excrementa expellit: vtilius eſt ante comedendũ eã adhiberi. Siquidẽ quæ impura corpora ſunt, atque ab excrementis parum purgata, hæc quò magis nutries, magis lædes. Ex his itaq; patére arbitror, tum eſſe ad exercitationẽ cõmodiſsimum tẽpus, quum heſternus cibus duplici cõcoctione iam prorſus ſit confectus, & ea, quæ in ventre, & ea, quæ in vaſis ſanguinis agitur, ac iã denuò cibandi tẽpus inſtet. Quòd ſi, aut prius, aut poſterius exercitatione vtere: aut crudis hominem impleueris, aut pallidæ bilis prouentum auxeris, ſanè hu-

*Græc. legitur, καὶ χύσιν ἁπάντων τῶν σωμάτων ἐφ' ὕχυσις, id eſt tuc omniũ corporũ fuſionem. à qua fuſione.

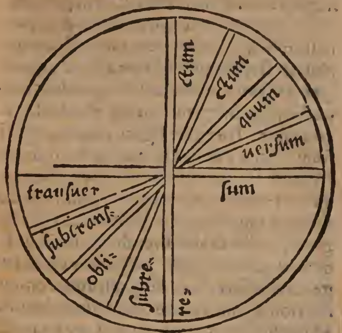
† Mēdosè legitur in codice Aldi. ἐλεγχθῆναι, pro ἑλχθῆναι.

iuſce temporis nota color eſt vrinæ. Quæ enim aquę ſpeciem pręfert,crudũ adhuc in venis eſſe indicat ſuccũ eũ,qui à vẽtre ſubmittitur:quæ verò rufa,bilioſaq́; eſt, iãdudum,concoctũ eſſe huiuſmodi ſuccũ.Quæ modicè pallet;peractæ modo ſecũdę cõcoctionis eſt ſignum. Quũ nanq; bili infecta vrina nondũ eſt:aquæ ſpeciẽ,alborẽq́; pręfert:quum verò plus iuſto eius bilis acceperit,rufa cernitur. Ergo quum mediocriter eſt rufa,mediocriter ve pallens,tũ eſt exercitatio adeũda:ſed expulſis prius excremẽtis,quę vel in veſica,vel in inferioribus inteſtinis continẽtur. Verendũ enim ne quid ex his in habitum corporis rapiatur,correptum videlicet caloris vi,qui per exercitationem accenditur. Ergo ſi quis poſita iam veſte,protinus ad valentiores motus accedat prius,quàm totum corpus molliatur,& excrementa extenuentur, & exigui carnis meatus laxentur,timor eſt ſolidarũ quampiam ruptum, aut conuulſum iri. Timendum præterea eſt, ne excrementa ſpiritus impetu impulſa prędictos meatus obturẽt. Sin ſenſim prius calefaciendo, & ſolidas ipſas præmollieris, & humores tenuaueris, & exiguos meatus laxaueris: nullum periculum nec rumpendi alicuius, nec obſtruendi exercitatio impendebit. Vt ergo

hæc fiant, oportet linteolo totum corpus mediocriter fricãdo priùs calefacere, mox oleo fricare. Neque enim protinus accedendum ad pingue cenſeo, antè videlicet quàm cutis incaluerit, & meatus laxentur, & (vt ſemel dicã) quã præparatũ, aptumq́; corpus ſit ad oleum capiendum. Ei rei ſatis omnino ſunt pauci manuum circumactus, qui nullo compreſſu ſint graues, & modicè celeres, huc demum veluti ad metã directi, vt corpus citra cõpreſſum calefaciãt: ſi quidem peractis his, cernere licebit floridum ruborẽ per totam diffundi cutem. Tum igitur pingue inducendum, & nudis manibus, quæ medium inter molle, durũq; modum ſeruẽt, infricandũ, quatenus neque coactum, conſtrictumq́; corpus ſit, neque vltra quàm par eſt laxum remiſſumq́; fiat, ſed legitimum naturæ modum ſeruet. Infricandum verò primo contrectatu blandiùs, inde ſenſim paulò fortius, eatenus aucta ſemper ad valẽtius frictione, quoad iam carnem manifeſtè premat, citra tamẽ læſionem; haudquaquam tamen tam valida frictione diu vtendum, ſed ſemel, aut bis in quaque parte. Quandoquidẽ non eò ad hunc modum fricatur huius pueri corpus, vt iam duretur, quũ id iam ad exercitationem producimus: ſed potiùs quò tum

promptitudo ad functiones excitetur, tum robur intrò reuocetur,ac raritas, laxitasq́; quæ mollem frictionē conſequuta eſt,conſtringatur ac cogatur.Quippe medio temperamēto ſeruari huius pueri corpus oportet,nec vſquam durum†molléve effici,necubi naturale eius incrementum inhibeatur.At procedente tēpore, vbi iam adoleuit, tum verò duriore frictione vtemur, præterea frigida ab exercitando lauatione.Verū de his poſt agendū. In præparatoria verò antè exercēdū frictione, quæ huc ſpectat, vt corpus molliat, mollis duræq́; mediam qualitatem dominari oportet,ac, pro eiuſdē qualitatis ratione, quicquid reliquum eſt exigi. Variæ autē quàm maximè ex manuum iniectu,circumactuq́; frictiones eſſe debebunt: nec ſupernè modò deorſum,aut infernè, ſurſum adhibitæ, ſed etiā tum in ſubrectum: tum in obliquum, tum in tranſuerſum, tum in ſubtranſuerſum. Voco tranſuerſum, quod recto eſt contrariū,id græcè ἐγκάρσιον appello. Subtranſuerſum verò, quod paululum ab hoc in vtrāque partem declinat, quod σιμὸν dico.Rurſus ſubrectum,quod à recto paululum vtroq; rurſus recedit. Obliquū, quod recti,tranſuerſiq́; planè eſt medium, illud πλάγιον, hoc λόξον Græcè nomino.

† ξηρὸν. i. ſiccum legitur in Græc.codi. impreſſis.



Quinetiã τρῖψιν, aut ἀνάτριψιν Græcè dicere, nullum diſcrimen faciet, modò ne lateat ἀνατρίψεως nomen veteribus vſitatius, τρίψεως recentioribus magis vſurpari. [nos Latinè frictione, frictu, perfrictione, promiſcuè legẽtiũ venia vtamur.] *Non eſt in Græco.* Variũ autẽ fieri manuũ tum iniectũ, tum circũactum velim, quò videlicet vniuerſæ, quoad fieri poteſt, muſculorum fibræ omni ex parte fricentur. Siquidem eius ſentẽtiæ eſſe, quaſi tranſuerſa frictio (quam etiã rotundã aliqui vocant) duret, denſet, contrahat & cõſtringat: recta contrà rarefaciat, laxet mol-

liat,& reſoluat corpora; eiuſdem planè inſcitiæ eſt,cuius cætera,quæ pleriſque gymnaſtarum de frictione tradũtur. Nam qui plus de frictionum virtute afferat, quàm quæ Hippocrates in eo libro prodidit quẽ κατ᾽ ἰητρεῖον inſcripſit, nemo planè eſt. Ait enim dura frictione ligari corpus, molli ſolui, multa extenuari, mediocri craſſeſcere. Habent verò ſe eius verba ad huc modum:[Frictio vim habet ſoluendi,ligandi, carnem augendi,minuẽdi.Nempe dura ligandi,mollis ſoluendi,multa minuẽdi,mediocris carnẽ augãdi.] Quatuor enim hæ genere differentiæ, ex quadruplici omnis frictionis, tum virtute, tum vſu oriuntur. Quòd ſi medias quoq; harum, quæ vnà cũ iis intelligendas ſe exhibent, annumeres, ſex in vniuerſum differentiæ exiſtent. Vndénam igitur plurimis neotericorũ gymnaſtarũ ſuccurrit, tam numeroſas frictionum differentias prodere, quas vel numero cõprehendere facilè nõ eſt. Non aliunde certè, quàm quòd logicæ cõtẽplationis planè expertes, cum propriis frictionum differentiis,externa, alienaq; imprudentes nonnũquam cõfundunt.Interim etiam illa quibus ſingulæ frictiones peraguntur, adiiciunt, interim tum iuſtas ipſas inter ſe frictionũ differentias connectũt:tum verò

cum his,etiã quas ipſi perperam excogitârunt. Quũ enim dicant frictiones inter ſe diſtare,quòd aliæ ſub dio fiant,aliæ ſub tecto,aliæ in admiſta vmbra : rurſus aliæ in perflato loco,aliæ in tranquillo : item aliæ in calido,aliæ in frigido, aliæ in ſole, aliæ in balneo, aliæ ante balneũ, aliæ in palæſtra, talemq́; catalogum faciunt : ſanè non proprias frictionũ differẽtias afferunt,ſed ea,ſine quibus qui fricatur eſſe non poteſt, inculcant, quippe quẽ neceſſe omnino eſt, in aliquo terrarũ loco eſſe, præterq́; locũ, vel æſtate,vel hyeme,vel alio anni tẽpore. Quum verò ita diſsidere dicant inter ſe frictiones, quòd aliæ cum copioſo oleo, aliæ exiguo fiãt,aut prorſus ſine oleo, idq́; vel manibus tantũ, vel etiam cũ puluere, vel per lintheum,atque hoc vel aſperũ,vel lene:cauſarum planè, quibus frictio dura, mollisve efficitur, enumerationẽ faciunt, Ex quo nimirum cauſarum eſt genere, & quòd ipſi fricantiũ manus duræ, aut molles ſint:item validè premant,blandéve ſint admotæ. Tertia ſpecies,quam afferunt hi, qui multas frictionũ differẽtias autumant, inde naſcitur, quòd omnia iam dicta inter ſe per coniugationes quaſdã copulant. Qui itaque ex his,aut externas rerum circunſtãtias, aut verarũ differentiarũ cauſas inter

ſe

ſe copulant, facilè deprehēduntur parū rectè ſentire. Qui verò ex propriis, & ſynceris differētiis coniugationes nectunt, horū non adeò facilè deprehenditur error, imò nonnulli ſapientiæ quoq; laudē retulerūt, Hippocrate ipſo plus aliquid inueniſſe crediti: quorum eſt Theon gymnaſtes, qui rectiùs quàm Hippocrates ſenſiſſe de frictione eſt viſus. Nā quū is in modo cōprehenſis verbis, in eā differētia quæ ex qualitate ſpectatur mollē, & duram: in ea verò quæ ex quantitate, multam, & mediocrem collocet: Theō qualitatis quātitatísve minimè faciendā mentionē ſeorſum cenſet, ſcribens cū alibi, tum verò in tertio gymnaſticorum hunc in modū: [De frictione præcipientes, †placet quātitates ſemper cū qualitatibus coaptandas eſſe. Per ſe nanq; imperfectiores ſunt, quàm vt aliquis ſucceſſus ex ipſis proueniat, quippe mollis frictio pro quātitatis modo, triplex opus efficit. Pauca enim leuiter carnē remittit, ac facilè contrectabilē ſiue tactu mollē reddit: multa euaporat & liquat: mediocris laxa & fluida carne implet. Simili modo dura pro quantitatis ratione, totidem numero effectus reddit. Multa nanque adhibita, contrahit, conſtringitq; corpora, & phlegmone perſimile quippiā relinquit: mediocris

† *Mēdoſè legitur in Græc. cod. impreſſis ἀρκέσκει ꝑ ἀρέσκει.*

cris

cris implet imminuta,& euidenter circunſcripta expreſſaq; carne: exigua verò in ſumma cute ruborẽ ad tẽpus excitat.]Nõ cenſet autẽ de dura per ſe & ſeorſum quicquam gymnaſtæ præcipiendũ,ſed ei quãtitatẽ adiungi debere,ſi quis paulò commodior ex artis opere ſucceſſus ſit futurus. Pari modo nec de molli,per ſe ſeorſum quicquam nũc tradendũ exiſtimat. Neq; enim adhiberi vſquam poſſe mollẽ frictionem tãtũ,& quæ nec multa,nec exigua, nec mediocris ſit. Deinde memorat quæcũq; per coniugationem in corporibus noſtris naturaliter efficiũt: vtriq; paucam cum molli remittere leuiter,& mollẽ reddere pronũtians, vbi aliud planè nihil quàm quòd Hippocrates verbo ſoluere ſignificauit, aliis verbis interpretatur. Quippe laxare carnem,& mollem reddere,quid aliud eſt, quàm ſoluere quæ colligata,& coacta fuêre? Adiecit verò ſermoni,leuiter, ſiue quodam modo,non genus actionis immutans, ſed quantitatẽ eius definiens. Mollit enim quum exiguè adhibetur eiuſmodi frictio, quandoquidẽ ſi ampliùs ſit adhibita, mollit quidem & tunc:cæterùm largius. Quod ergo nec magnopere nec mediocriter, ſed exiguè remittit, mollitque corpora, exigua ac mollis frictio,per verbũ illud leui-

ter

ter, quod adiecit declarat. Ne hic quidem per hoc ſaltem, his quæ Hippocrates præcipit, quicquam tradens magis amplum, æquè nec quum mediocrē, & mollē addere corpori, inquit, laxam & fluidam carnē. Nam quoniam mediocris idcirco carnem augebit: quoniam mollis, ſoluet, hoc eſt planè molliet: id quod tantundem eſt, ac laxam & fluidam carnē efficere. Erat autē huius officium, ſicuti de his rectè præcipit, ſic & quum de multa ſimul & molli diſputat, non id modò dicere, quod halitu digerere, ac liquare poteſt, ſed qualem etiā carnem relinquit, apponere. Non enim ritu ignis vniuerſam ſubſtantiam exhaurit liquatq́;, ſed aliquid omnino relinquit. Id igitur quod relictum eſt, qualénam demum ſpecie ſit, adiectum (arbitror) ſermoni oportuit, neque tantùm multæ frictionis proprio effectu poſito, mollis opus omiſſum. Quòd igitur multa euaporat, etiam ab Hippocrate priùs dictum eſt. Verùm non abſolutè de multa Theon ſermonem inſtituit, ſed per coniugationē docendum eſſe cenſuit, vtiq; à prima auſpicatus, nempe exigua & molli: pòſt ſecundam aggreſſus, mollem & multam: inde tertiam memorans, mollem ſcilicet & mediocrē. Sicuti igitur in prima coniugatione & tertia

tia, proprium qualitatis effectũ non diſsimulauit, ita nec in ſecunda ſuppreſsiſſe eũ decuit,quin hic quoque docuiſſet, multam ſimul, & mollem frictionem, non modò euaporare, ſed etiam mollem carnẽ reddere. Niſi fortè id quod liquare dixit, pro mollire audiendũ eſt:atque ita quidem verum ſit,quod dicit.Cæterùm ſic non modò Hippocratis doctrinã nõ accuſat, ſed multò maximè confirmat. Etenim ſi mollis frictio ſemper molle, tenerumq; corpus reddit, ſiue ea exigua,ſiue multa, ſiue mediocris ſit (tum illi ex quantitate aliquid accedit diuerſum) inſeparabilis planè á molli frictione erit molliendi facultas: ſicuti à dura certè vis durandi,coquẽdi,conſtringendi,ligandi,denſandi, aut tactu duram reddendi, aut quomodocunque aliter eandem rem interpretari malis. Quippe primum & proprium nomen, ita affectæ carnis eſt duritia,vt eius,quæ diuerſæ afficitur, mollities: quanquàm etiam reliquorum,quæ dixi nominũ, quolibet, vti licet. Et rationem quidem cur tam variis nominibus vnam interpretari rem liceat paulò pòſt apponemus. Nunc quoniam controuerſa res non eſt, cauſam eius ad præſens ſaltem differamus. Quòd autem mollem frictionem neceſſariò conſequitur, vt cor-

por

pora molliat, id planè clarū ex iam dictis eſt. Nā ſi nec qui multa ea, nec qui exigua, nec qui mediocri vſus fuerit, durum vnquam corpus reddiderit, perſpicuū eſt molliendi vim nuſquam ab ea ſeiungi, ſicuti nec à dura, colligendi & durandi. Quippe quum hunc quoq; ſiue paucā, ſiue multam, ſiue mediocrē adhibeas, nunquā quantitatis illius ratione corpus mollias, ſed ſemper duritati plus minúsve adiicies, ſcilicet vberius perfricās plus, parcius verò minus. Quòd ſi paucis omnino, durisq; frictionibus cōtētus fueris, duritia quoque proportione reſpondebit. Sicuti enim qui igni ſe admouit, ſemper calefit, ſiue exiguo tēpore id facit, ſiue diu: ſed magis, qui diutius appropinquat: minus, qui breui ſpatio: minimè verò, qui tātū acceſsit: ita in frictione quoq; corpus ſemper pro ratione afficitur: à molli, emollitū: à dura, duratū: nō tamē pari ſemper mēſura, ſed à pluſcula, magis: à parciore, minus: à plurima, maximè: à minima, minimè. Theon ergo quum de molli, ſimul & copioſa frictione diſputans, euaporare, liquareq; eā dixit (ſiquidē ꝑ liquare verbū † inanire intelligit) aliud planè nihil ſignificauerit, q̄ euaporare: quare bis idē dixerit: prætermiſerit autem quod neceſſariò fuerat addendū, nēpe eum affe-

† Mendosè legitur in Græc. cod. impreßis.

ctu

ctum, qui ex molli frictione in corpore relinquitur: ſin mollire, ſoluere, remittere, aut aliud quippiã eiuſmodi dicere velit, ſic ſanè, reliquerit quidem nihil: cæterùm ea, quæ Hippo. ſunt, minus idonea docẽdi ratione explicaſſe deprehenditur. Quòd itaque eiuſmodi docendi modus deterior ſit eo, quo vſus Hippocra. eſt, paulò pòſt oſtẽdã. Quòd verò ſiliquare pro eo, quod eſt mollire, accipit, nihil his quæ Hippocrates antè prædixit, amplius prodidit, planè manifeſtũ eſt. Nã quum ille præcipiat mollẽ ſoluere, multam extenuare, quis non facilè colligat, qui præſertim mentis ſit compos, eam, quæ ex molli multaq; pariter cõpoſita ſit, extenuare ſimul ac mollire? Verùm non videtur ita ſenſiſſe Theon: ſed quod in primo gymnaſticorum vnico verbo extenuare dixit, id in tertio duobus extulit, nẽpe euaporare, ac liquare. Habent verò ſe eius verba in primo ad hunc modũ: [Contrariarum verò, mollem, quidẽ ſi multa ſit, extenuare corpora: ſin mediocris, carne implere, vtiq; delicata & fluida.] Aptè eñ hoc loco, mollẽ ſimul, & multã frictionem extenuare corpora confirmat. Quòd autem neceſſe fuerat, non ſolùm multæ frictionis proprium effectum, ſed etiam mollis tradere, ipſe quoque Theon per ea, quæ

κινεῖν, id eſt mouere, pro κενοῦν, hoc eſt euacuare.

ſubiecit, oſtendit: in quibus quum de dura præcipit, cõſtringere multam, coarctareq́;, & phlegmone ſimile quippiam parere ait. Quippe quod moderata quantitate adhibita poſſedit, id copioſius adaucta, magis obtinuit. Omnes ergo duram mediocriter adhibitam, dura carne implere fatẽtur: ita vt è diuerſo, mollem mediocriter adhibitã ipſam quoq; carne implere, ſed ea molli. Accidit verò Theoni, quum de molli ſimul, & multa frictione ſermonẽ faceret, nullum mollis effectum prodidiſſe, rurſus quum de multa ſimul & dura, nullũ† duræ expoſuiſſe. Nam ſi liquare, inanire, & digerere, pro eodem accipit: de multa quidẽ aliquid dixerit, de molli planè nihil: quẽ admodum etiam in eo, quod de dura, multaque ſcribit, duram quidem conſtringere, liquare, & phlegmone aliquid perſimile facere affirmat, quantitatis verò planè nihil meminit: tametſi par fuerat, de hac quoque aliquid dixiſſe: nam illud confeſſus eſt, ſi mediocriter ſit adhibita, obeſitatem facere. Quid igitur efficiet multa, ſi †ſupra mediocrem ſit adhibita? prorſus enim aut illius affectũ tuebitur, aut alterabit. Sed ſi qdẽ ſeruabit, certè multa frictio ſupra mediocritatem adhibita, nihil plus adiiciet: ſin plus aliqd efficiet, aut minuet car

† Græci codi. habent μηδὲν τ̃ πολλῆς. id eſt, nullũ multæ.

† In Græ. eſt μετὰ id eſt poſt.

carnē,aut adiiciet.verū ſi minuet,extenuabit:ſi adiiciet,carne implebit:atq; non adiicit carnē:extenuet ergo neceſſe eſt. Verùm Theō de hac differētia nihil meminit, ſed omnino ſubticuit: minimè planè definiēs, extenuétne dura copioſè adhibita, an carnē augeat,an ſeruet eundē, quē ex mediocri accepit,carnis modū:ſed tātùm ꝙ conſtringit,coarctatq́;,& plegmone ſimile qd faciat,confirmans. Conueniebat autē non hoc modo dicere,ſed etiam quòd emaciat. Apparet ergo Theonem, aut Hippocratis artem hoc loco non intellexiſſe,aut hominem laudare noluiſſe: qui tā breui ſermone omnes nō ſolùm differentias frictionū dixerit, ſed etiam vniuſcuiuſque opus, & vires. Nā qui tranſeunter, veluti canis Nilum,verba eius delibat,quatuor eū duntaxat meminiſſe arbitretur. Verùm nō ita ſe res habet: imò alias duas neceſſariò in iis, quas dixit, ſubauditas inſinuauit: in qualitatis differentia,duræ molliſq; mediā,quę nimirum mediocris eſt: in ea verò, quæ à quantitate accipitur,exiguam:quando exiguam aliquā neceſſe eſt copioſæ eſſe contrariam. Porrò antiquę interpretatiōis formula,ita eſt breuis,vt non pauca ſæpe,ipſa ſaltē dictione,præterire videatur, quæ tamē neceſſariò dicta ipſa ſequūtur. Quam-

obrem (arbitror) etiam enarratiões ſcribimus, quæ veluti præeant iis, qui parũ exercitati antiquæ dictionis celeritatẽ aſſequi nõ valent: veluti in hoc ipſo loco facimus. Si nanq; dura ligandi, mollis ſoluendi vim habet: quæ ſupra modum † ſoluta corpora ſunt, ea duriter planè fricanda ſunt, contrà, quæ cõſtricta ſunt, molliter: [quæ modicè ſe habent, nec molliter,] nec duriter, ſed quatenus fieri poteſt, vtroq; declinato extremo. Egregius verò videlicet Theõ primùm in eo fallitur, ꝙ neq; mediocris qualitate frictionis vires tradidit, neq; vſum: ſed ſemper ita præterit, tãquã nulla ſit: verùm de hoc paulò pòſt agemus. Sicuti verò in iis differentiis, quæ in qualitate ſpectantur [ex quãtitate] nõ ſolùm dura, mollisq; conſiſtũt, ſed etiã media: ita & in iis quæ ex quãtitate ducũtur, nõ ſolùm multa, & pauca, ſed etiam media noſcitur. Cur igitur in iis, quæ ex qualitate trahũtur, mediã omiſit Hippocra. in iis quæ ex quantitate exiguã? Temere id feciſſe videri fortaſſe cuipiam poteſt: oportere enim in iis, quæ compendio tradũtur, ſummis inter ſe cõtrariis res definire: quod horũ mediũ ſit, atq; mediocre, tranſire: vtpote quod ex ſummis ipſis vltrò ſit noſcẽdum. Ipſe igitur tum hoc docere, tum ſenis ſententiã clariorem red-

† Vitioſe legitur in Græc. cod. impreſſis ἐκλύεται σῶμα, pro ἐκλέλυται σώματα.

der

dere conabor,rem planè hoc loco non neceſſariam (quũ quęſtiões id genus in enarratoriis libris ſoluere ſoleam) ſed quoniã ſemel huc deſcẽdi , vt pro Hippocrate imperitis iſtis reſpondeam,in quibus ipſi falſi, rectè præcipientem calumniãtur,nõ pigebit hoc quoq; adieciſſe. Quum igitur duo ſint toto genere inter ſe diuerſa, atque diſiuncta , ſi modò id quod facit , ab eo quod fit genere diſpeſcitur : frictiones quidẽ ex eorum numero ſunt,quæ faciunt:qui verò ab his in corpore relinquũtur affectus , ex iis quæ fiunt. Quare contrarietates quoque alias in frictionũ genere ,alias in affectuum:qui ab iis proueniũt,neceſſe eſt ſtatui.In frictionũ genere, tum durã & mollem, tum multam & paucam.In affectibus verò , & eam quæ veluti colligatio , & ſolutio corporum eſt, & gracilitatem ac craſſitudinem. Ac prior quidem affectuũ contrarietas , ex priore frictionum contrarietate naſcitur : ſecunda non item. Euenit enim in hac , vt gracilitas proueniat ex multa , carnis incrementum ex mediocri: quippe pauca augendæ carni nondum ſufficit : quòd videlicet id quod carnis incrementum accipiet , & ſanguinis moderato acceſſu,& valida virtute eget: quorũ vtrũque mediocris frictio commodè præſtat,

pauca neutrũ,nec abundè,nec ſatis. Quoniam igitur non in idem coïbant frictionum,affectionúmq; cõtrarietates, coëgit verò eum compendiaria docendi ratio,per contrarietates poſitas ſermonem abſoluere: vtiliore contrarietate accepta, minus vtilem conſultò omiſit. Porrò vtilior ea eſt,quæ in affectibus,quàm quæ in frictionibus ſpectatur:idque duplici ratione aſſeritur, vna quæ ab artis ſine ſumitur,(quippe frictiones ad corporis affectum, ceu finem diriguntur. finis enim iis, quæ præ ſe, ſemper eſt præſtantior: quantò nimirum id cuius gratia,iis,quę ipſius gratia fiunt.) Altera quæ à claritatis ratione accipitur. Intellectis nanque multæ,& mediocris aſſectibus, facillimum eſt exiguæ opus contueri:nõ perinde tamẽ mediocris frictionis perſpicua vis eſt. Quinetiam tertium hoc ipſo de frictionibus ſermone belliſsimè docuiſſe Hippocratẽ inuenias: præcedere nanque eorum doctrinam oportet, quæ liquidò peragi cernuntur: ſequi verò eorum,quæ minus liquidò,& obſcurè:idq; ſiue de iis expreſsis verbis ſcripſeris,ſiue lectoris ea intelligenda relinquas. Eſt verò euidens, atq; in aperto mediocris frictionis opus, ipſum ſcilicet carnis incrementum:obſcurũ verò paucæ: quippe quæ nec

au

auget,nec minuit carnē, nec omnino euidens aliquid videtur efficere,niſi quòd parum calefacit. at id omnis frictionis commune opus eſt.Quare quum neq; euidens aliquid efficit,& quod facere videtur,proprium eius nō eſt,ſed omnis frictionis cōmune:nō ſine cauſa eſt (vt arbitror) omiſſa. Quòd igitur omnis frictionis calorem accendere cōmune opus ſit,non ſatis quod ab Hippocrate prodatur, dignū præceptū eſt. Quid verò quæq; frictio propriū efficiat,id vt Hippocr.neceſſe tradere,ita nobis certè vtile erat diſcere. Reductis enim veluti in elemēta ſimplicibus differentiis, vniuerſam frictionum rationem abſoluit, quēadmodū carnem adiicias,quemadmodum detrahas, quēadmodum corpus mollias, quē admodū cōſtringas. Cum his vnà protinus ſe promūt; tū media earū opera, tum ea, quæ per coniugationē faciūt. Media,quum neq; ligare corpus, nec ſoluere, nec carnē augere,nec minuere ſtudemus: quæ per cōiugationem, quū, verbi gratia, pariter colligare, & carnem addere. Quis enim nō videat,quum durā carnem adiicere corpori volumus, frictionem duram vnà cum mediocri modo eſſe petendam: veluti quum mollem addere ſtudemus,frictionem mollem,& quātitate mediocrem

adhibendam:& per alias coniugationes ad portionē? Quas nonnulli gymnaſtarū tanquā ſua ipſorū inuenta tradentes, dū Hippocratem accuſant, ipſi vehementer delinquūt: & quòd eum qui de his primùm præcepit, merita laude fraudant:& quòd quum eius inuenta ſibi tribuāt, etiam (quod atrocius multò eſt) calumniari hominē nō dubitant. Accedit quòd nec ſimplices differētias aptè inter ſe alternāt. Decuerat enim (arbitror) eū, qui rectè ad particulares cōplexiones deſcendere voluit, nec vniuerſas ſenario numero comprehendere, veluti Theon facit:nec aliquod eorū propriū vel quantitatis, vel qualitatis opus omittere: quemadmodū in mollis ſimul, & multæ, opus mollis: in duræ ſimul & multæ, effectū multæ prætermiſiſſe eū oſtēdimus: ſed has quoq; adieciſſe, & particulares coniugationes nouē feciſſe. Quippe tres, quæ à qualitate frictionū ſumūtur differentiæ, ſi eas tribus, quæ à quātitate ducūtur, iunxeris, nouē cōiugationes effeceris: ſex quæ à Theone ſunt poſitæ in iis quæ paulò ſupra memoraui verbis: & tres, quæ ab eo ſunt prætermiſſę dū mediā mollis, duræq; omiſſit: quanquā ne intelligere quidē neq; mollē frictionem, neq; durā fas eſt, vt nō ſimul intelligatur & mediocris. Cui ſi tres quan-

tĩtatis differentias iũxiſſet,nouem ita vniuerſas frictionũ differentias effeciſſet, nõ ſex.Eas ipſe nunc in deſcriptione exponã: in qua duorum verſuum,qui ſupernè deorſum pinguntur,priorem,qualitatum intelligi volo:ſecundum,quantitatum.

Qualitas.	Quantitas.
Dura	Pauca Multa Mediocris
Mollis	Pauca Multa Mediocris
Mediocris	Pauca Multa Mediocris
Quantitas.	Qualitas.

Paulus Aegineta.

Multa Multa Multa	&	Vehemens Leuis Mediocris
Pauca Pauca Pauca	&	Vehemens Leuis Mediocris
Mediocris Mediocris Mediocris	&	Vehemens Leuis Mediocris

Nouem harum, quas deſcriptio cõplectitur coniugationũ, quum Theon ſex primas tradidiſſet, reliquarum triũ certè non meminit, ipſe ſecũ manifeſtiſsimè pugnãs. Si enim exiguæ, ac multæ media quædam eſt, quam mediocrem vocamus: etiã mollis, duræq́; altera certè media erit, quã mediocrem, moderatamq́; appelles. Sanè meminiſſe per omnem ſermonẽ cõuenit, hæc omnia in reſpectu collationeq́; dici, quãdo, quæ huic dura eſt, alteri pro molli ſit: & quæ mediocris, immodica: & quæ pauca, multa: & quæ alii multa eſt, aliter quodammodo affecto ſit pauca, hoc verò & Theon fatetur. Nec fieri ſanè poteſt, vt qui mediocrẽ† in quantitate frictionẽm præterit, non longè aberret. Ac mihi quidẽ videtur Theon inde adeò in hunc errorẽ lapſus, quòd Hippocrates de ea frictiõe ſubticuit, adeò, vt hinc deprehendatur, nihil proprium & ſuũ de frictione Theon protuliſſe, ſed perperam Hippocratis inuenta tractaſſe. Non enim à pueris ſtatim orſus, & ſub præceptore ſenis ſcripta plegit: quũ fateatur ipſe primùm athleta fuiſſe, deinde hoc exercitio depoſito, ad gymnaſticẽ ſe cõtuliſſe. Atque hæc, mediusfidius, non quò hominem vituperem appoſui; quem alioqui inter primos gymnaſtas cẽſeo, ſed

† τὴν ποιότητα eſt in Græ. id eſt qualitate.

quò

quò iſta lecturos doceam, haud facile eſſe veterum libros intelligentia conſequi, ſi deſint qui ea curiosè enarrent. Nam quòd ex priſcæ breuitatis dignitate fuerit, duræ molliſq; frictionis mediam ſilentio præterire, id anteà nobis iam dictũ eſt. Quòd autem talia à nobis preteriri non debeant, id quoq; & oſtenſum priùs eſt, & nunc nihilo ſecius oſtendetur. Si enim tam mollis frictio, quàm dura in reſpectu collationéq; non ſolùm ſubſiſtentiam, ſed etiam intelligentiam ſui habet: etiam mediocrem in ſimili reſpectu collationéq; cõſtitui neceſſe eſt. Finge ergo tale eſſe corpus, quale propoſiti nobis in hoc libro pueri eſſe præſumpſimus, ſanum prorſus, & omnis exceſſus medium, ita vt neque molliorem hũc effectum velimus, neque duriorem, ſed nec carnis eius modo adiectum quicquam detractúmve. Num igitur ita ſe habenti corpori, aut duram, aut mollem frictionem admouebimus, aut etiam multã, aut mediocrem? Ego planè quamlibet harum inutilem cenſeo: quippe quum à dura durius, à molli mollius, à multa gracilius, à mediocri craſsius reddetur; quorum nullo illi eſt opus, imò priſtinã potius mediocritatẽ ad vnguem ſeruari. Quare neque duriter id, neque molliter, †neq; multis frictionibus, ne

† *Græ. codex habet* οὔτε πολλαῖς οὔτε ὀλίγαις, ἀλλὰ μετρίαις ἀνατρίψεσιν αὐτὸ τρίψομεν, *id eſt, neque multis, neque paucis, ſed mediocribus frictionibus ipſum infricabimus.*

neque quantitate mediocribus, ſed [paucis & qualitate] mediocribus, infricabimus:] nihil vltrà moliti, quàm vt ad exercitandum pręparemus:ac rurſus quum iam ſatis exercitatũ ſit,apotherapia curemus. Vocetur autem nobis,ſicuti recentioribus gymnaſtarum,apotherapia,ea frictionum portio,quæ poſt exercitationem adhibetur. Sanè Theon nullam ex iis,quas protulit, coniugationibꝰ,eiuſmodi corporis naturæ accõmodare poteſt, quum ſex in vniuerſum nominauit:priores tres,mollis:reliquas,duræ : & neq; mollium cuiuſquam eiuſmodi corpus egeat,neque durarum,ſed eius quæ harũ media ſit, quam ſcilicet mediocrem in qualitate, †dixiſſe par eſt, liquidoq; patére iam arbitror, quãtopere lapſus Theõ ſit,mediã duræ mollisq; præteriens. Siquidem ad optimum ſtatum corporis nullam harũ,quas protulit, coniugationũ, accommodare fas eſt,nec quũ integra planè valetudine corpus fruitur, nec etiã ſicubi corrigi poſtulat. Quippe vbi planè valet, ſola pręparatoria frictione eget:quã exiguam, ac mollis duræq; mediam eſſe oſtẽdimus. Vbi iuſtò gracilius craſsius've effectũ eſt, non tamẽ in qualitate alterata caro quicquam eſt, ſed planè mollis ac duræ mediũ modum ſeruat, ſiquidem emaciare ſtudemus

†In veteri Græ. codic. addit. καὶ ποσότητα. i. & quãtitate.

mus

mus, & multam, & qualitate mediocrem adhibebimus:*ſin reficere, tum qualitatis, tum quãtitatis ratione mediocrẽ. Has tres coniugationes vltimo loco, poſt ſex in deſcriptione expoſui hoc conſilio, vt omnes eas à Theone prætermiſſas indicarẽ. Quoniam igitur nõ ſolùm prætermiſſas ab eo, ſed etiam vtiliſsimas eaſdem prætermiſſas diſputatio noſtra docuit: deinceps tẽpeſtiuum arbitror, ad ea, quæ paulò antè diſtulimus, reuerti: ac primũ illud, quòd doctrina ea, quæ per rerũ elementa traditur, cæteris ſit vtilior: quippe quæ & ſub compendium rem omnem cogit, & memoriæ affigit, & reminiſcentiæ facilè ſuggerit, ac omnium, quæ ſingulatim agentur, rectum vſum promptè † ſuppeditat, ceu ad pauca, & certa elementa referẽs. Quis enim non facilè membratim frictionũ differentias, vſum, ac vires inueniat, ſi ſemel intellecta ſenis ſentẽtia, poſteà dictionẽ eius memoriter teneat, qua videlicet docet cõſtringere quidem frictionẽ duram, ſoluere mollem, corpus adimere multam, augere mediocrem poſſe? Ex horum nanque notitia ac memoria, primùm ſanè, quæ omiſſæ in verborum contextu ſunt, differentias inuenias: mox omnibus inter ſe complicatis, nouem coniugationes efficias, quas paulò ſup

*In veteri Græ. codic. addit. σαρκῶν δὲ τὴν ὀλίγην τε ἅμα καὶ σύμμετρον κατὰ ποιότητα. id eſt, ſi verò carnem adgenerare, paucã, ſimul & qualitate mediocrẽ. Hæc autẽ neceſſariò eſſe adijciẽda oſtẽdimus in noſtris annotationib⁹.

†Mẽdoſè legitur in Græc. cod. impreſſis.

δεομένων, pro λεγομένων.

ſupra deſcriptione ſumus complexi, quas neque inueniſſe, queque memoria tenuiſſe, promptum ſit, niſi quam Hippocrates tradidit, elementaris doctrina præceſſerit, omnium frictionū ratione in prima principia reducta. Ex quibus prorſus inuentis, non ea modò, quæ nūc ſunt inuenta, nobis ſuppeterent, ſed etiam omnē corruptam doctrinā iudicandi facultas ſupereſſet. Quippe id methodi, id eſt (ſicut veteres interpretantur) viæ & rationis propriū maximè eſt, vt ex paruo elementari principio ad ſingula membratim peruenire poſſis: tum quicquid perperàm eſt dictū, ſcientificis id theorematis, veluti regula quapiā examinans iudices. Quòd igitur neq; alius quiſquam rectè de frictione ſenſit, neque Theō ipſe gymnaſtes, tametſi eruditiùs cęteris, de ea locutus, ſed Hippocrates, & qui eū ſunt ſecuti. Satis hæc ſunto. Supereſt ex iis, quæ ad hūc locū diſtulimus, vt de nominibus ipſis diſſeramus: ne quis eorū numero deceptus, pares numero affectus cū ipſis appellationibus, exiſtimet. Duri enim vocabulū de quadā corporis affectione propriè dicitur, quā nec interpretari quidem quale ſit, pluribus eſt opus, nemine vel ex voce ipſa non ad rei notitiam perducto: ad eundem modum & mollis vocabulum. At

rari

rari & denſi vocabula non perinde euidenter ipſos corporis affectus ſignificant: propterea quod duplex eorum nominũ vſus obſeruatur: alter eorũ, qui propriè loquũtur, alter abutentium. Ac propriè quidem rarũ accipimus, quod meatus, quos Græci *πόρους* vocant, magnos per totum obtinet: ſicuti è diuerſo, denſum, quod eoſdem paruos. At per metaphoram, ſiue abuſum, ſiue quocũque alio genere appellaſſe libet, de laxo, coactoq; hæc ipſa vocabula dici audias. Hac enim ratione, & aërem, & ignem aliquãdo raros dicimus, aquam & terram denſas, ſcilicet ad elementa ipſa tranſlatis appellationibus, quæ tamen & vnita ſunt, & ex ſimilaribus natura partibus conſtant, nec vllos eiuſmodi meatus obtinent. Multò his longius à proprietate receſſerunt illa, quæ per metaphoram ambò ſunt dicta, nempe cõſtrictum & colligatum, illud de denſo & duro: modò vtroque ſeorſum, modò in eodem, ambobus repertis: hoc rurſus de iiſdem dicimus, non tamen eadem metaphora. Nam quoniam omnia, quæ colligata ſunt, eadem ad motum impedita ſunt, ita nimirum nominarunt & quæ ob ſiccitatẽ, frigus, phlegmonẽ, ſcirrhum, tenſionem, repletionem, aut pondus, ægrè mouentur. Eandem ob cau-

ſam

ſam, & contrariis horũ nominibus in contrariis affectibus vtuntur, remitti, aut reſolui, aut laxari, dicentes. Oportet autem non nominum inſpicere numerũ, ſed affectuum genera duplicia in totũ eſſe exiſtimare: alterũ, quod in ſimilaribus ipſis obſeruatur, de quo molle, durúmve dicitur: alterum, quod in inſtrumentalibus meatuum ratione conſiſtit, quod denſum eſſe, vel rarũ dicitur. Hi nanq; corporum ipſorum proprii affectus ſunt, accerſiti verò, & (vt ita dicã) temporarii, quòd aliàs meatus ipſi ſuperuacuo humore implentur, aliàs ſunt mundi, & modò patentes, modò cõniuentes. Verùm de his affectibus in ſequentibus libris agemus. Nunc ad propoſitum redeundũ, ac primùm clariùs adhuc de frictione ipſa differendum: nempe quòd hæc ipſa interdũ per ſe corporibus noſtris cõmodum affert: interdum iis, quæ commodum afferunt, ad eum ſanè modum ſubminiſtrat, quem Hippocrates de deligando tradidit, his verbis: [Deligatio partim ipſa ſanat, partim ſanantibus ſubſeruit.] Ipſius igitur frictionis effectus ſunt, & quòd rara denſat, & mollia durat, dura verò hæc eſſe omnino poſtulat. prętereà quòd dura mollit, & denſa laxat: hæc contrà mollis ſit oportet. Pari modo & quæ carnis augen-

dæ:

dæ, minuendæ've cauſa ſuſcepta eſt, vtraq; per ſe vtile aliquid corpori confert: quæ tamen ad exercendũ corpora præparat, item quæ poſt exercitationẽ adhibetur, hæ exercitationibus ſubſeruiunt. Illa modicè calefaciendo tenues meatus recludens, & ſimul excrementa, quæ caro continet, fluxilia reddens, & ſolidas emolliens: appellant autem huiuſmodi frictionem præparatoriam. Altera ἀποθεραπευτικὴ Græcè dicitur, Latinè recuratoriam ad verbũ appelles: hæc cum pluſculo oleo adminiſtrata, ſimul pinguitudine humectat, & ſolidas emollit, † & quæ in corporis meatibus continẽtur, euaporat. Verùm de hac pòſt dicemus, quũ de exercitatione egerimus. Sed præparatoria frictio in optimi ſtatus natura, calfaciendi corporis cauſa ſuſcepta, prout ſuprà traditũ eſt, fiat mollis primùm: mox verò exercitationẽ aggreſſuro dura: ita nanq; maximè & mollire poterit, & ad exercitationes excitare, & corporis naturam, qualem ab initio accepit, ſeruare. Quòd ſi quid aberratum ſit, ad durum id potius ſpectet: Nam qui breues à modo receſſus ſunt, hi cute tenus finientur, nullo interiorum alterato: minus verò lædetur ipſa cutis, ſi ad durũ ſimul & dẽſum receſſus, à modo ſint propẽſi, quippe ita iniuriæ minus opportuna fiet.

† In veteri Græco cod. eſt καὶ τὶ διαφορεῖ τῶν ἐν τοῖς πόροις περιεχομένων. i. & aliquid eorũ quæ in meatibus cõtinentur euaporat. Mendoſè alij hũc locũ legunt.

Adeò ſi tranſpiratio per huiuſmodi cutim facilis eſſet, dēſiſsimam eam duriſsimámque efficeremus. Nunc quoniam ad vtrũque munus probè eſſe comparatam oportet, & excrementa, quæ intus cõduntur, per halitum emittēda, & foris propinquãtium violentiam tolerandam: vtiliſsimus ſanè fuerit medius inter vtrunq; exceſſum modus. Qui ſi quando fortaſſe non ſeruabitur, melior vtique fuerit, qui ad durius, denſiusque pertinebit, quàm qui ad mollius laxiusq;. Nam tranſpirandi defectum, exercitio ſarcire licebit: alterius verò affectus vitium, quod eſt ad externorum† iniuriam opportunitas, neq; aliàs corrigi facilè poteſt, affertq; prætereà coniunctum incommodum non paruum, euaporato ſubinde non excremento modò, verùm etiã ipſius corporis nutrimento. Ergo in iis differentiis, quæ à qualitate ſumuntur, aberrare ſatius eſt verſus eam, quæ durior eſt, quàm eam, quæ mollior. In iis, quæ à quantitate ducuntur, in propoſita ſaltem natura, & ætate, ſi quid delinquitur, verſus id, quod minus eſt, id eſto. Semper enim eius in præſenti diſputatione meminiſſe oportet, augendi eiuſmodi corpus, haudquaquam ſiccandi, ſtudium eſſe propoſitum. Quas verò corporum naturas, & quomodo

† *Mēdosè legitur in Græc. cod. impreſſis μίαν, pro βίαν.*

do affectas, amplius fricandum ſit, poſteà dicemus. Nunc ad propoſitam materiam reuerſi, de menſura ipſa frictionum agamus ad eundem modum quo paulò antè de qualitate egimus. Conuenit autem hoc loco, vt prius quàm menſuram definio, alterius cuiuſdam æſtimandi mentionem faciam, ſine cuius notitia, menſuram ipſam nec definiuiſſe rectè licet, nec nouiſſe. Eſt verò quod æſtimandum cenſeo, aëris qui fricandum corpus continebit, temperies, quam vtique in re ipſa monſtrare licet: explicare oratione apertè ita, vt interpretationis† euidentiæ nihil deſit, planè non licet, ſed eſt prorſus inexplicabilis. verùm ſi non adeò multùm orationi de rei euidentia deſit, abundè fuerit. Præcedit verò hanc & alia quædam conſideratio, nempe quo anni tempore, & in quónam orbis loco exercitandū ſtatuemus. Duo enim hactenus de eo tātum definita ſunt, corporis ſtatus, & ætas. Vbínam autem aut altus hactenus fuerit, aut exercitandus nunc ſit, aut quo anni, dieíve tempore, nihil ſanè conſtitutum eſt, quanquam † pro harum certè cuiuſque ratione, mediocritas frictionis eſt varianda. Ergo ad ea quæ hactenus ſtatuta ſunt, hæc quoque definienda ſunt, vtique poteſtate inter initia operis iā tradita, non

† Mendosè legitur in Græc. cod. impreſſis ἐν λείξεως pro λέξεως.

† In Græ. codic. impreſſis legitur παρὰ ταῦτα τὸ μέσον τῆς τρίψεως. Sed in veteri, πάντα ταῦτα τὸ μετρον τῆς τρίψεως.

 tamen

tamen interpretationis luce clarè explicata. Dicens enim veluti regulam quandam omnium quæ pòſt dicenda erant, poſiturum me hominē eo corporis ſtatu, de quo queri non poſsit:obiter nimirum etiam regionem hominis poteſtate definiui, quum nec optimo temperamento,nec irreprehēſibili omnino membrorum modulo corpus vllum in his regionibus,quæ à tēperamenti modo receſſerunt,gigni poſsit:ſicuti tum ratio docet, tum experientia commonſtrat. Quippe ſicci, graciles, & veluti torrefacti, in æſtuoſis tractibus homines fiūt:rurſus frigidioris plagę incolę inæquali temperamento viſuntur,vt quibus exteriora frigeant,interiora atq; in his viſcera immodicè caleant. Sanè optimum corpus, de quo nunc ſermo proponitur,veluti Polycleti regula eſt:cui in noſtro ſitu, vtpote probè temperato, nō pauca ſimilia videas. Apud Gallos verò,Scythas,Aegyptios, Arabas, ne per ſomnium quidem tale vſquam eſt vidiſſe. Noſtræ autem regionis,quæ in latitudinem non paruam extenditur, id quod in medio habetur,optimè ſanè temperatum eſt, cuiuſmodi patria Hippocratis eſt. Etenim ea tum hyeme, tum æſtate, mediocrem temperiem exhibet: vere autem, & autumno multò magis. Eiuſmodi

igitur locum quum corpori propoſito dederis: anni quoque tempus, veris medium ipſum dabis. Eſto verò, & diei in qua nobis exercitādus primum eſt, maximè quoad fieri poteſt, ipſe meridies:quò videlicet naturalis temperamēti eius vis ab ambiente nullo pacto mutetur. Eadem exigit ratio,vt ne domus quidem in qua exercitandus eſt, ipſo præſertim die calidior frigidiórve ſit, quàm publicus totius vrbis aër. At æſtate atque hieme,talis rel arte præparandus eſt: nempe hyeme calidior, æſtate frigidior: quò videlicet exacta temperie corpus frictionis tempore fruatur,quando ſi iuſto calidior: frigidiórve domus fuerit, in calidiore illico ſudabit:in frigidiore neque calefiet prorſus nec mollietur vnquã, nec floridum ruborem oſtendet, nec in tumorem attolletur. Sunt nanque duo hæc rubor & tumor in aëris tēperie, & corporis ſtatu temperato,mediæ frictionis notę. Veluti enim ſi calidam infundas, primùm quidem corpus intumeſcit:ſi largius infundas,decumbit: ideóque & Hippocrates de iis aiebat:Primùm quidem attollitur,deinde fit gracile: ita frictio quoq; attollit quidem primùm,poſteà contrahit, ac molem deponit. His ergo qui carnis augendæ cauſa fricantur, tunc planè finiēda frictio eſt,

† Hic locus ĩ Græ. codi. impreſsis eſt diminutus, deeſt enim hic εἰς ὄγκον ἀρθὲν. & paulò pòſt pro οὐχὶ legendum eſt ἄχρι, & addendum eſt ἀνατρίψεαι. vt legitur in veteri codic.

quum corpus† & intumuit,& ad ſummum ferè tumorẽ peruenit. Qui autẽ ad exercitandum iam præparantur, his minimè id tempus expectandũ, ſed longè prius deſiſtendum à frictione eſt: potiſsimum quum optimi temperamenti ſunt, & ætate adhuc pueri: horum nãq; tum humidum corpus eſt, tũ tenerũ, ac paucis frictionibus molleſcens. Præparatoriæ verò frictionis meta finisq́; eſt, vt ſolidæ partes molliantur, humidæ ſoluãtur, corporis exigui meatus laxẽtur. Quis frictionum eſſe debeat numerus,definire ſanè oratione non eſt: cæterũ qui his perficitur,harum rerum peritus: hic primò quidẽ die minus exacta exquiſitáq; coniectura vtetur: ſequenti verò die,vbi iam experientiã aliquam adoleſcẽtis eſt adeptus, magis exactam certámque habebit. Quinetiam de exercitatione ipſa, primo certè die mẽſuram ad vnguem definire non poteſt: ſequentibus deinceps omnino poteſt. Sunto igitur hîc quoq; notæ:Primò quidem die quum adhortãti incitantiq́; ad exercitandũ non perinde obſequitur, ſed ſegniores, & minus tum frequentes,tum decentes,ac(vt ſemel dicam) minus valentes, tum colluctatoris ſui apprehenſus,tum motus obit. Porrò expedit neq; paulò animoſiorem eſſe qui exerci-

ta

tatur, vt laſsis iam viribus, etiam exercitari aueat: neque ignauum, qui integris adhuc viribus, laborem tamen detrectet. Eſt verò profectò talis non corpore modò, ſed etiam animo, quem nunc educandū ſuſcepimus: quandoquidem quibus frigidus ſuccus in ventre, aut in toto corporis habitu collectus eſt, ii ſegniores ad motionē ſunt. Pari modo & qui plethorici, id eſt, qui ſuccis æquabiliter ſe habentibus nimiū abundant: & quos recens frigus afflixit, hi & ignaui ſunt, & ad mouendū pigri. Iā his etiam magis ita ſunt affecti, quicunq; natura frigidiores ſunt: ſicut etiam his ipſis longè magis, quorum frigiditati etiam humor eſt adiunctus. Hi nanque quantitatis exercitandi notas corrumpunt: ſicuti è diuerſo qui calidiori temperamēto ſunt, ſiue id propriæ naturæ ſponte eueniat, ſiue ab accerſito quopiam affectu: hi & animoſi ſunt, & certaminis auidi, & ad actionem plus quàm expedit prompti. At quibus nec corpus calidius, frigidiúſve eſt, nec animus omnino iacens, ac demiſſus, ac contentionis, gloriæ ve præcupidus, & ad actionem præceps: iis modi exercitationum indicia integra manent, illæſaq́; ſeruantur, & primo ſtatim die, & multò magis procedente tempore. Si enim quid

inter initia ſuffugit:id experiẽtia ipſa edoctum,ad exactam notitiam perueniet. Nõ aliter & cibi modus ad certã coniecturam perducitur:qui tamẽ ab initio definiri nullo pacto poteſt: verũ quotidiana experientia,cum recordatione quãtitatis, tum cibi, tum exercitationũ, eo etiã qui huic præficitur,nihil non ſolicitè obſeruãte,ſed ſemper vt tantum ciborum poſt tantã exercitationem concoxit, recordante propemodũ ad exactam ſciẽtiam intellectum tempore perducit. Hæc igitur omnia etiam deficiẽtibus ab optimo ſtatibus cõmunia ſunt : de quibus agere nondum ſtatuimus.Cęterum optima natura, quæ hîc nobis eſt propoſita, menſuras omnium manifeſtas obtinet: vt quæ nec animi moribus, nec corporis intemperie, dictorum quicquã obturbet, immutétve, ſed frictionis, exercitationis, ciborũ, ac ſomni menſuras apertè indicet, ac tum primũ quodlibet horũ reſpuat, quũ eius vltra nõ egeat. Quare fuerit hoc quoque ei,qui tali corpori præficitur, non minus modi index:Dico autẽ ipſam ad ſingula quæ agi debent alacritatem,†ceu materia,ipſa nimirum in optimo corporis ſtatu modum ſibimet præſcribente. Etenim qui optima natura ſunt, & iam ad exercitationem frictione præparantur, tum demũ ad exer

† *αὐτῆς τῆς φύσεως id eſt, naturæ ipſiꝰ, legitur in Græco.*

exercitandũ prodibunt, quũ toto iã corpore abundè emolliti excalefactiq́; ſunt. Exercitãdo quoq; tum primũ grauatiùs mouebuntur, quum ſatis [exercitati iam ſuerint. Iam à cibo]tum primũ abſiſtent, quũ ſatis ſe impleuerint. Quare nullus in hoc homine metus eſt,ne quãdo aut iuſtò plus laboret,aut iuſtò plus cibis ſe ingurgitet,ſi naturæ ſuæ impetus ſequatur, quo fit, vt neq; prorſus peritiſsimũ ſibi præfici is poſtulet: ſicuti omnes (de quibus poſteà ſermo erit) deterioris notæ homines.Quippe ſanum corpus ipſum ſibi ipſi omnia inuenit proprio naturæ ſuæ impetu directum: maximè ſi in iis quæ ad animũ pertinent, rectè ſit educatũ.Nam multi in malis moribus à pueris educati in deſidia,& intẽperantia viuentes,bonitatem naturæ corrumpunt:ſicuti cõtrà, nõnulli vitioſam corporis naturã ſortiti,temperãtia vitæ,& appoſitis exercitiis, naturæ vitia mutarunt in melius.Sed de horũ quidem [ſiue exercitationibus,]ſiue etiam operibus, ſequens liber totus componitur. De iis qui optimo corporis ſtatu ſunt, & qui ſanitatis tutori auſcultabũt, in hoc libro agere ſtatuimus: ac præcedens quidem de his ſermo ad exercitationũ menſurã vſque eſt progreſſus: ſupereſt ergo, vt de generibus eius diſſe-

ramus. Genera exercitationũ voco, luctã, pancration, pugilatum, curſum, & alia id genus: quorũ alia tãtũ exercitationes ſunt, alia non exercitationes ſolũ, ſed etiam opera. Exercitationes ſunt tum hæc ipſa quæ dicta modò ſunt, tũ præter hæc, quæ Græcè dicũtur πιτυλίζειν, τὸ ἐκπλεθρίζειν, τὸ σκιομαχεῖν, τὸ ἀκροχειρίζεσθαι: [atq; hæc mox deſcriptione exponẽtur.] Prætereà ſaltus, diſci iactus, tum coryco, folle, pila, vel parua, vel magna, vel per alteres corpus fatigare. Exercitia ſimul, & opera ſunt quum fodit quis, quum remigat, quum arat, quum vites putat, quum onus geſtat, quum metit, quũ equitat, quũ armatus pugnat, quum iter facit, quum venatur, quũ piſcatur, quum alia quæcunque homines, vel opifices, vel non opifices, in vita vſus cauſa exercent, facit: ſeu domos ædificent, ſeu naues, ſeu ferrariam, ærariámve factitent, ſeu aratra pangant, ſeu tale aliquid pacis, bellíve inſtrumentum fabricẽt. Horũ autem pleriſq; eſt quando veluti pro exercitatione tantũ vtare. Quippe triplex in vniuerſum ipſorum vſus eſt, quum interim operis tantũ cauſa vſurpentur, interim meditationis, ſed quæ ad vſum futuri ſit operis, interim pro exercitatione tantum. Quippe ipſe aliquãdo hyeme deprehẽſus in agro, tum ligna findere,

Hæc non ſunt in Græco.

dere, tum hordeum in pila contundere, ac deglubere, exercendi corporis cauſa ſum coactus. Quæ nimirum agreſtes quotidie pro opere faciebant. De horum igitur ceu operum vſu, in ſequentibus, ceu exercitiorum, nunc tractabimus. Nullũ nãq; id genus exercitiũ aut perpetuũ diẽ obitur, aut alio tẽpore, quàm ante cibũ. Seruari verò tum modũ exercitationum in his oportet, tum vocatã apotherapian. Quòd ſi etiam idonea frictione vſus, ad ea quis accedet, iam omnes exercitationis numeros impleuerit. De iis igitur omnibus ſcientem eſſe conuenit eum, qui ſanitatis tuendæ officio vtetur, quem ὑγιεινὸν Græcè vocant. Licet enim eum (vt antè dictum eſt) aut ſic Græcè, aut gymnaſten, aut medicũ voces: prima tamen appellatio maximè propria eſt, reliquæ per abuſum. Nã ſi artifex quiſque, ab arte quã tractat deflexum ſortitur nomen, patet eũ qui ὑγίειαν, id eſt, ſanitatem tuendã profitetur, meritò ὑγιεινὸν, appellandum: ita nimirũ vt qui γυμνασίοις, id eſt exercitationi tantũ præeſt, gymnaſten: & qui morbis medetur, medicũ. Quòd ſi quis hunc ipſum vel gymnaſtẽ, vel medicũ pro ὑγιεινῷ appellaſſe volet, tum à parte totũ, tũ verò nec propriè nominabit, ſed abuſiuè, vel ambiguè, vel quomodocunq; aliter

dix

dixiſſe velis, appellationem faciet. Huius rei cauſa eſt, quòd quũ vna ſit ars, quæ corpori tuendo præſideat, vnicũ ei proprium nomen inditum non eſt. De quibus omnibus vberius ſingulari libro egimus, quem Thraſybulũ inſcripſimus. Ac genera quidem exercitationum ſunt ea quæ diximus: qualitas verò, ſeu differentia (nam & hanc quoq; vtroq; modo appellare licet) velocitasq́;, tarditasq́; mouendi ſunt: prætereà quòd aliud robuſtum, aliud (vt ita dicam) imbecillum eſt: adhæc vehemẽtia, & lenitas. Vtendi verò rationes, omnium prædictorum generũ, vnà cum differentiis propriis huiuſmodi ſunt. Nam aut perpetuus motus eſt, aut intercíſus: & ſi perpetuus, æquabilis, aut inæquabilis: ſin interciſus, aut certo ordine, aut citra ordinem. Hæ igitur vtendi rationes ab ipſo negotio capiuntur. Quæ verò ab his, quæ extrinſecus ſunt poſita, ducuntur, eiuſmodi ſunt: quòd aut ſub dio exercitatio fit, aut ſub tecto, aut in miſta vmbra, quã ὑποσυμμιγῆ Græci vocant. Itemq́; quòd aut calens locus eſt, aut frigidus, aut media tẽperie: prætereà aut planè ſiccus, aut humidus, aut medio modo attẽperatus. Similiter illæ quoq; vtẽdarum exercitationum rationes quædam ſunt, quòd cum puluere exiguo, multóve

vſur

vſurpentur. Itē quòd cū oleo exiguo, multóve, aut etiam ſine vtroq; adminiſtrētur. Quoniam ergo enumerata à nobis vniuerſa ſunt, quorum peritū eſſe oportet, qui ſanitatē tuendā profitetur: ad ipſa nunc exercitationū genera non intempeſtiuè redibimus: ac primum docebimus, tum quid omnibus ſit cōmune, tum quid ſingulis proprium: hinc frictionis ipſius tempora definiemus. Ergo omnis exercitationis cōmune illud eſt, quòd animali ipſi ex ipſa caloris augmentum excitatur. Quippe calefiunt corpora noſtra & balneis, & calidarum aquarū lauacris, & quum per calidiores tēpeſtates inſolamur, & quum igni fouemur, & quū calidis medicamentis perfricamur. Cæterū ab externo eſt omnis eiuſmodi calor aſcitus, nec de proprio principio, ſed aliundè accenſus auctusq; : exercitando verò, inſiti caloris augmētū animalibus ex ipſorū corporibus excitatur. Atq; iis omniū exercitationū cōmunis effectus eſt, proprius tamē earum effectus non eſt. Si modò & iratis, & perturbatis, & pudore affectis, naturalis etiā calor augetur: quanquam ira † haudquaquam auctus, ſed veluti feruor eſt caloris in corde. Itaq; etiā eſſentiam eius, vel probatiſsimi philoſophorum talē eſſe affirmant: quippe acceſſorium iræ eſt,

† In Græ. codic. impreſsis legitur ἐδα

μῶς αὔξη-σις, ſed in veteri, ἡ δ᾽ ἁπλῶς αὔξησις τοῦ ſimpliciter auctio.

eſt, nõ eius eſſentia, vltionis appetẽtia. Verecundis autẽ augetur inſitus calor, dũ primũ intrò ſe recipit vniuerſus: deinde poſtquàm in alto corporis eſt collectus, & ex ipſo inibi congeſtu, & ex aſsiduo motu, incrementũ capit. Non enim quieſcit pudore affectorum ſpiritus, ſed tum ab interno, tum circa ſe, vnà cum toto ſanguine variè circumagitur, ita planè, vt ſpiritus eorum, qui perturbantur. Dicetur autẽ in progreſſu latius de omnibus eiuſmodi animi affectibus. Ad præſens enim propterea quòd commune ſymptωma, tum hos ipſos affectus, tum exercitationes excipit: dũ omnis exercitii cõmunẽ eſſe natiui caloris auctũ oſtenderem, idque de interno & à ſe, non tamen ſolis exercitationibus ineſſe, ſed pariter dictis modò affectibus: coactus ſum obiter & de his meminiſſe. Iam ſingulas exercitationũ ſeorſum perſequi tẽpeſtiuũ videtur, illo præſertim priùs ſignificato, quòd in his quoque complures differentię inueniantur. Quippe interim aliã partem aliud alio magis exercitiũ fatigat: & quædã lentè motis fiunt, quædam ocyſsimè agitatis, & quædam robore, ac nixu adhibitis, quædã ſine his: ad hæc quædã cum robore pariter & celeritate, quædam languidé. Ac quod violenter quidem ſine velocitate exerce

ercetur, εὔτονον, id eſt valens, voco: quod violenter & cum celeritate, σφοδρὸν, id eſt, vehemens. Violenter autẽ robuſtéve dicere, nihil referat. Fodere ergo, valens robuſtaq; exercitatio eſt. Simili modo & ſi quis quatuor ſimul equos habenis coërceat, impensè robuſta exercitatio eſt, non tamen celeris. Tũ ſi quis maximo onere ſublato, aut eodẽ loco maneat, aut paululum procedat. Iam accliuis inãbulatio, huius quoque generis eſt. Attolluntur enim eo motus genere, & veluti onus ſuſtinentur ab iis, quæ primùm mouẽtur, reliqua corporis mẽbra vniuerſa. Præterea ſi quis per funem manibus apprehenſum ſcãdat: ſicuti in palæſtra pueros exercẽt, qui eos ad robur præparãt. Quinetiam ſi quis fune arrepto, aut etiam pertica, ſublimis ex ea pendeat, ac diu teneat, robuſtum is validumq; laborẽ exercet, citra tamen celeritatem. Ita verò & ſi quis manibus in pugnum reductis, iiſdem prolatis, vel in altum ſublatis, diutiſsimè eodem habitu conſiſtat. Quòd ſi adhibitum quempiam deducere ſibi manus iubeat, nec tamen ipſe remittat, vel impẽſius hic tum muſculos omnes, tum neruos ad robur cõparat, vt quorũ maximè propria ſunt, omnia id genus exercitia. Idque multo certè magis fiet, ſi qs ſummis manibus

† Locum hunc alij deprauarunt. in Græco eſt ἑκατέρα κατὰ μόνας.

*ἁλτῆρες.

†vtraq; ſeorſum,apprehẽſo põdere(cuiuſmodi ſunt qui in palęſtra*alteres dicũtur) porrectis his,aut in ſublime erectis eodem habitu perſiſtat. Iã ſi etiã cuipiã iuſſeris vt te violenter detrahat inflectatq;, dum ipſe nõ manibus modò,verũetiam cruribus ſpinaq; conſtans, inflexusq; reſiſtas, non leuẽ ad mẽbrorũ robur exercitationẽ obieris. Sanè hoc genere Milonẽ ipſum exercitaſſe ſe ferunt,dum aliâs conuellere ſe,moueréq; de loco volẽti permitteret(verũ hæc crurum maximè exercitatio fuerit) aliâs, vtiq; ſi manus exercitandas curabat,pugnũ aperire iuberet. Idẽ(vt aiũt)malũ punicũ, aut tale quippiã manibus cõplexus, auferẽdũ cuiuis præbebat. Hæc igitur exercitia, maximi roboris tum oſtẽſtationẽ,tũ exercitationẽ cõtinẽt. Robur autẽ partiũ, tum exercet,tum verò firmat,& ſi quis alterum complexus mediũ, aut etiã ipſe medio cõprehenſus,manibus,digitiſque pectinatim iunctis,aut quẽ complectitur abſoluere ſe iubeat,aut ipſe ſe à complectẽte ſoluat. Ita etiã & ſi quis alterũ,qui verſus ipſum ſe inclinet,à latere aggreſſus,ilia manibus complexus , ceu onus aliquod ſublatum inuicẽ protendat, reducatq;, ac magis ſi dum geſtat , ipſe nutu renutuque corporis vtatur: ſic nanq; ſpinam vniuerſam ad robur cõ-

par

parauerit. Aequè verò qui pectoribus ex aduerſo innixi, magno ſe conatu inuicem retrudunt. Etiam qui à ceruicibus penden tes,deorſum trahunt,ad robur præparant. Cęterùm talia omnia exerceri citra palæſtram,aut copioſum puluerē queunt, quocunque conculcato loco,erectis,ac ſtantibus. Quæ verò luctantes inter ſe moliuntur,quum robori augendo ſtudēt, hæc aut puluerem altū, aut palæſtram deſiderant. Ea ſunt eiuſmodi,quum vterq; luctantium ambobus cruribus alterū alterius crus cōplectitur, deinde manibus inter ſe collatis, altera ceruici violēter incumbat, vtiq; quæ è regione impediti cruris eſt, altera brachio. Licebit & circa ſummū caput manibus iniectis,violenter retrorſum ſe agat ac reuellat. Eiuſmodi lucta vtriuſq; luctatoris robur† exercet,quēadmodū & ea,quę altero alterum cruribus cingente,vel ambo per ambo mittēte, fiunt: nā hæc quoq; vtrūq; ad robur præparant. *Infinitę aliæ eiuſmodi robuſtæ exercitationes in palæſtra ſunt,quorū nimirū omnium peritiam vſumque pedotriba callet. Ipſe ſanè ſic à gymnaſte diuerſus, vt à medico coquus: quod ipſum quoq; ad perpēſionē æſtimationenq; ſe offert. At dictū quidē iā de hoc eſt in eo libro q Thraſybulus inſcribitur:

† Mendoſè legitur in Græc.cod. impreſsis, ἀρνεῖ pro ἀονεῖ ſicuti & paulò infrà.

**Κυρία p μυρία.*

cęterùm dicemus & nũc quod ſatis ad præſentẽ ſit diſputationẽ: verùm ſi prius exercitationũ varietates abſoluero, quarũ quæ robuſtæ ſunt, quasq; eutonus græci vocãt, dictæ iam ſunt. Supereſt vt de iis dicamus, quæ celeritate peragũtur, citraq; robur, & violentiã. Id genus ſunt curſus, & †vmbratilis armorũ meditatio, & quum duo ſummis manibus cõcertant ἀκροχειρισμὸς græci vocãt, tum quæ per corycũ, & pilam exercitatio fit, vtiq; quũ à diſtantibus, & currẽtibus adminiſtratur. Eius generis eſt & qđ ἐκπλεθρίζειν græci dicũt, & quod πιτυλίζειν. Eſt autẽ ἐκπλεθρίζειν quum in plethro, id eſt in ſexta parte ſtadii quis prorſum retrorſumq; viciſsim, idq; ſæpe in vtranq; partẽ ſine flexu curſitans, vnoquoque curſu breue quiddam de ſpatio demit, quoad denique in vnico greſſu conſtiterit. πιτυλίζειν verò, ſi quis ſummis pedibus ingrediẽs, tẽſas in ſublime manus, hanc antrorſum, illã retrorſum celerrimè moueat. Hoc verò exercitamento maximè ante parietẽ ſtantes vti ſolent: quò ſi quando aberrent, facilè pariete apprehenſo erigãtur: ſed ſi exercitatorum, vt error magis latet, ita exercitiũ ipſum fit imbecillius. Celeres verò motus ſunt, citra tamen violentiam, & qui in palæſtra eduntur circumuolutis humi nobis

†Σκιαμαχία.

bis,vel ſolis, vel cũ aliis. Licet autẽ & erectis,tũ circumactis,ac velociter propè aſtãtem mutantibus,celerẽ exercitationẽ peragere.Poteſt & ſolis cruribus,idq́; erectus, ac vno loco cõſiſtẽs celeriter exerceri:ſubinde quidẽ retro tantũ reſiliens,interim verò crurũ vtrunq; vicibus referẽs. Quin & per manus exercitatione celeri tantũdẽ valẽte,vti datur,idq́; citra vllos alteres, vtiq; ſi frequẽtię,celeritatiq́; motus earũ,impẽſe incũbas,ſiue has in pugnum ductas,ſiue explicatas mauis. At eiuſmodi q̃dẽ celeris exercitatio eſt, in quibus dixi ſpeciebus cõprehẽſa.Reliquũ eſt vt ad vehemẽtẽ veniamus.Ea verò ſicuti prædictũ iã eſt,ex robuſta celeriq́; cõpoſita eſt, quãdo quas robuſtas diximus, iis omnibus vt vehemẽtibus vti licet,motus modò celeritatem adiicias. Nõ in poſtremis verò vehemẽtes hæ ſunt, fodere,diſcũ mittere,ſaltare, idq́; cõtinuato ſine intermiſsione opere. ſimiliter graue quoduis telum iaculari,continuatis ſibi quàm maximè iactibus,aut graui armatura tectũ,celeriter agitari:& qui aliquo quidẽ taliũ exercentur, intermittere paululũ ſolent. Atque hoc loco inter aſsiduam interpolatamq́ue exercitationem, differentiam noſcas licet. Quas enim modò retulimus, vniuerſæ morula interpoſita magis

vſurpari ſolẽt, ac potiſsimùm quæ labores operaq́; ſunt,nedum exercitia,vt foſsio, & remigatio. Quæ verò remiſsiores exercitationes ſunt; eæ ſine interpoſita quiete magis fiunt,veluti continuatus diu curſus: quem Græci dolichon vocãt , & iter facere.Hæc igitur omnia exercitationũ genera ſunt,quæ & modò dictas differẽtias habent , & ſupra has quòd alia lũbos magis, quàm brachia curáve exercẽt, alia ſpinam totam,aut pulmonẽ tantùm,aut thoracem tãtùm. Quippe itatio curſusq́;,crurũ exercitatiões ſunt:acrochiriſmi & ſciamachiæ, brachiorum ac manuũ propria. Lumborũ autem,aſsiduè ſe inclinare,ac rurſus reuocare,idq́; aut pondus aliquod à terra tollẽtẽ,aut aſsiduè in manibus ſubſtinẽtẽ. Sunt & qui depoſitis ante ſe alteribus , vlnæ interuallo diſtãtibus,poſteà medii ipſi ſtãtes inclinant ſe atq; attollũt, dextera quidem eũ,qui ad ſiniſtrã, iacet:ſiniſtra,qui ad dextram ; tũ rurſum vtrunq; in ſuũ locũ referũt,atq; hoc identidẽ deinceps faciãt,iiſdẽ veſtigiis inſiſtẽtes. Hic verò motus trãſuerſas ſpinæ partes magis exercet,ſicuti prior ille rectas.Thoracis verò & pulmonis,maximè reſpirationes propriè exercitationes ſunt. Maxima verò vox , ſupra iam dicta, vocis quoque inſtrumenta omnia permo-

uet

uet,quorũ,enumeratio in iis, quæ de voce edidimus,habetur. Quoniã autẽ huc producti ſumus,nõ alienũ ſit de omnibus animalis partibus tradere, & quæ motus euidẽtes, & quæ leues & obſcuros obtineant, quæ rurſus à ſe moueantur,quæq; ab aliis. Quippe eiuſmodi diſcretio , non paruam cõmoditatem gymnaſtæ afferet ad omnia animalis mẽbra mouẽda,aliâs à ſe,& propria virtute,aliâs ab aliis, & per alienam. Quæcũq; enim volũtate ſuſcipiũtur actiones,eæ muſculorũ neruorũq; , & quos aliqui tendones, Græci τένοντας vocant, propriæ ſunt.Eædẽ tamen ſi maiore vi, & celeritate fiunt, primùm quidem & maximè dictas iam partes,ex accidenti verò,etiam arterias exercent,cum prędictis verò oſſa, venæ,carnes,ligamẽta, & cæteræ oẽs animalis partes vnà mouẽtur. Reliquorũ verò motuũ,qui in animaliũ corporibus noſcũtur , quicunq; nõ cõmuni voluntate ſuſcipiũtur,ſed vel naturales ſunt,vel ꝑ animi affectibus eduntur, duplices hi genere ſunt:alij enim cordis & arteriarũ,alij venarũ & iecinoris actiões ſunt:atq; horũ quidẽ primũ & maximè,ſecũdo loco reliquarũ omniũ partiũ. quãdoquidẽ quatuor naturalibus facultatibus, oẽs gubernãtur. Ac arteriarũ quidẽ,cordiſq; motus nunquam

ſanè omnino intermittitur : cæterùm magnitudine,paruitate,velocitate,tarditate,& vehementia † variè intẽditur atq; remittitur:idq; multis ex cauſis,quas oẽs in opuſculo quod de pulſuũ cauſis cõſcripſimus,perſenſui:nũc ſumma tantùm capita delibaſſe ſat erit.Vna igitur mutandi pulſus*cauſa eſt,naturalis caloris auctio, diminutióque:Altera cauſa eſt,quæ ex animalis ſpiritus mutata quãtitate ſpectatur. Tertia quæ ex firmitate infirmitatéq; naturalis virtutis accipitur. Quarta, quæ ex inſtrumenti ipſius malo affectu ęſtimatur.Verũ de hac diſſerere nõ eſt huius loci. Iam eñ ægrotet animal neceſſe eſt in eiuſmodi affectibus,quũ reliquę oẽs pulſus mutationes,etiã in ſanis ſpectẽtur.Quæ igitur ex aucto,diminutóq;naturali calore mutatio oritur,ea pro anni tp̃e, nutrimẽto, potione, balneo, frictiõe,ſomno,& vigilia, itẽq; animi affectibus,& actiõibus volũtate ſuſceptis,incidit. Quæ verò ex aĩalis ſpiritus alteratione naſcitur,ea pro motus q̃ volũtate cõſilióq; initur (καθ' ὁρμὴν Grecè vocãt) differentiis variatur. Quæ ex viriũ firmitate,infirmitatéq; oritur,pro ſubſtãtiæ ipſius cordis, & arteriarũ bono cõtrarióve tẽperamẽto cõtingit. Porrò venarũ opus,vnà cũ aliis inſtrumẽtis vniuerſis,quæcũq; natura ad alimen

† In Græ. codi. anti. addit. καὶ ἀμυδρότητα. id eſt, exilitatẽ.

** In Græ. codic. impreſſis deeſt αἰτία.*

mẽti diſpenſationẽ excogitauit, pro cibo potioneq́;, tũ verò pro diſtributiõis in corpus, & cõcoctionis, & nutricationis ratiõe variatur: huius verò mutationis, arteriæ quoq; participes ſunt. Qui verò motus, actiones nõ ſunt, horũ triplex diuerſitas intelligitur. Alij nãq; animantibus ex ſei pſis inſunt, alij extrinſecus adueniũt: alios medicamẽta proritãt. Et ex ſe quidẽ animalibus inſunt ii quos antè memoraui: extrinſecus verò accedũt, q nauigando, equitãdo, aut geſtando, ſiue vehiculo ſiue lectulo pẽdẽte, ſiue cunis agitatis præſtãtur, ſiue per nutricum vlnas, vt infantibus: extrinſecus prętereà aduenientiũ, & frictio ſit. Nõnulli tamẽ motus miſti planè ſunt, veluti eqtatio. Non enim vt in vehiculis, præſertim in quibus ſtratus qeſcas, ita etiã quũ equo inſideas accidit, vt à geſtãte tantùm agiteris, ipſe nihil agas, quin ſpinã erectã ſuſtinere, tum vtriſq; feminibus equi coſtis firmiter hærere, & crura extendere oportet, etiã antè ꝓſpicere, in quo nõ modò viſus, ſed etiã collũ laborat. Præcipuè tamẽ viſcera hoc genere agitãtur. porrò ea ſaliẽtibus quoq; æquè dimouẽtur: verũ iis q vehiculo geſtãtur nõ æquè. Quare ſi quis viſcera quæ ſub ſepto ſunt, mouere violẽtius velit: & prædictos labores adeat, & prætereà ad

frictionē,quæ per circũiectam faſciam adminiſtratur,accedat. Statuatur autē oportet,is qui fricat à tergo, qui modò in dextram, modò in ſiniſtrã manus iniiciat, acclinãte, apprimentéq; has ipſas partes ipſo qui fricatur.Sanè cõcutiũt nõnihil ea,quæ ſub ſepto viſcera ſunt,& maximæ tũ reſpirationes,tùm voces,pari modo efflatus, & qui per ſe fiũt,& qui cũ cohibito,compreſſoq; ſpiritu tum in tibiarum ſono, tũ voce adhibētur.Iam ipſa ſpiritus cohibitio ; exercitatio quædam muſculorũ eſt,nõ minus certè eorũ,qui in abdomine,quàm qui in thorace inſunt.Verùm de hac pòſt agetur vtpote quæ ſupra alia quæ modò retulimus cõmoda, etiã aliã gratiã non leuem præſtat: cuius nimirũ cauſa ad finē exercitationis eã adhibemus.Verùm ad propoſitum redeũdũ, nempe quòd nõ pauci ex iis motibus , qui partibus animaliũ accedunt, nec partium ipſarũ actiones ſunt,nec earũ actiones ſequuntur, ſed ab aliis, & per alia perficiũtur: veluti in vehētibus,nauigantibus,perfricãdis, purgãdiſq; per medicamēta,tũ vomitoria,tũ aluũ ducētia,fit.Verùm eiuſmodi motus, huius de tuenda ſanitate artis nõ eſt.Reliqui oẽs,& potiſsimùm ii q̃ ex frictiõe fiũt,in primis neceſſarij cognitu huius artis præſidi ſunt : quippe ad cuius

profeſsionē ſpectat omniū motuum vires nouiſſe: ſicuti (reor) ad opifices ipſos ſpectat ſingulos particulares motus noſſe. Hi nãq; varietatē quæ in materia eſt, norunt; gymnaſtes virtutis ſingulorum ſciētiā habet; Etenim ſi quis me iubeat, vt hoplomachicos, id eſt armorū meditationis motus, vel aliū doceā, vel ipſe concinnè peragā: ſanè vnum quemlibet eorū obire commodè nequeā. At ſi cui me hoplomachicorū quū agit, adhibeas: non modò quā vim obtineat actionum quælibet, ſed etiā quā maximè partē exercitet; omnibus illis certius norim: imò verò (ſi verū ingenuè fateri oportet) hoplomachicus nullius earū vim reddat. Qui exercitationum artē probè callet, is omnes nouerit, ſingulas ad certos referēs fines. Nãq; aut violentæ quædā ſunt, grauéſq; ac robuſtæ, aut leues, celeres, & cōcitatæ, aut pariter violentæ & celeres. Has igitur obiter dū agi cōſpicit, ſtatim viſas facilè dignoſcit: atq; hoc ãplius, quæ nā crura, brachia, vel thoracē actio exerceat: quæ lumbos, caput, ſpinam, vel ventrem, quæ demū aliam quamuis partem egregiè præter cætera fatiget. Hoplomachicus em̄ aptè numeroſeque motus peraget celeres fortaſſe, robuſtos, ac graues: cæterùm ꝙ denſent aut emaciēt eiuſmodi motus, pa-

rum nouerit. pari modo nec quòd carnem augent, & rarefaciũt, motus tardi. Iam idẽ robuſtè ſimul & tardè, & grauiter mouebitur, nec tamen ꝙ iſtiuſmodi motibus corpori robur & grauitatẽ acquirit, intelligit. Aurigãdi quoq; peritus, omnes motus particulares numeroſè apteq́;, & ad vſum cõmodiſsimè explicabit: ſed qui horum corpus emacient, aut carne impleãt, robuſtũ, vegetum, molle, durum, denſum, rarúmve efficiant, omnino ignorat. Ita & qui pila exercere inſtituit (σφαιριστικὸν vocãt) omnẽ pilæ iactum, exceptumq́; callet: minimè tamen quẽ corpori affectum hi †comparẽt, nouit. Pædotriba quoq; quicquid in palæſtra motuũ geritur, pernouit: quid quiſque motus efficere queat, ignorat. Et (vt ſemel dicã) omnes homines, artifices iuxtà inertesq́;, quos corpore motus exercent, eorũ ignorant vires, ſaltatores, nautę, fabri tum materiarii, tũ ferrarii, piſcatores, agricolę, ædificatores, ſutores, omnes denique qui quiduis moliũtur. At gymnaſtes ex iis quę antè retuli principiis, cuiuſuis actionis, etiã eius quam nũc primùm, nec antè conſpexit, vim tenebit: veluti ſtatim ſaltantium præuegeti motus, in quibus nimirũ quàm maximè ſaliũt, ac celerrimè circũacti vertuntur, & genu prius poſito mox emicant,

† Mẽdosè legitur in Græc. cod. impreſsis περιπονεῖ pro περιποιεῖ.

& crura tum attrahunt, tū maximè diuaricāt,& ſummatim,in quibus ocyſsimè mouentur,gracile,muſculoſum,durū,compactum, præterea vegetum corpus reddunt. At remiſsi,tardi, & languidi motus,nō ſolùm nō eiuſmodi corpus, quale nunc diximus,faciūt: ſed contrà,ſi natura muſculoſum & vegetū ſit, diuerſam omnino affectionē inducunt. Quod igitur mox diximus pędotribā ita eſſe gymnaſtę miniſtrū, vt medici coquū:id nūc quoq; oſtēſum eſt. Quippe coquus betā, lētē,aut ptiſanā alias alia ratione præparat, nec tamē quod præparauit, quam vim obtineat intelligit, aut quænam præparandi ratio cēſenda ſit optima. At medicus nihil horum,ita vt coquus parare eſt potis: verū quicquid præparatū ſit,eius vires probè callet. Ergo gymnaſtes propoſiti nobis adoleſcentis,vtiq; qui optimū corporis ſtatū eſt ſortitus, omniū quidē exercitationū vires pernouit,deligit verò ex omni genere quod moderatū mediūque inter vtrūq; exceſſum eſt. Nā neq; celeris,tardæ've exercitationis optimus ſtatus eget,ſed planè mediocris ac medię,nec rurſus violentę,& vehemētis, nec remiſſæ & languidæ:imò in his quoq; mediocre optimū eſt:quando nō alterare,ſed planè ſeruare optimū corporis ſtatū cōuenit. Siue

igi

igitur armis eiuſmodi adoleſcentē exercitare gymnaſtes velit, peritiſsimo † totius meditationis armorū aſcito, eum omnes ſibi promere actiones iubebit, mox ipſe eliget, ac diſcernet imperabitq; quibus ea rū ſæpe, quibus raro, quibus mediocriter, quibus aut nunquā, aut ſemper exercitari eum velit. Quippe quem latére nō poteſt, quæ quodq; mēbrū exercitatio magis agitet, quæve cuiuſq; exercitationis qualitas, facultásve ſit. Siue folli, piláve exercitare ſtudet, hic quoq; rurſus tū genus, tū qualitatē, tū modū actionis inueniet, ipſo follis pilæve perito, pro miniſtro adhibito, quo illi omnē eius generis actionū materiā indicet. Nā ipſius propriæ cuiuſq; artis materiæ gymnaſtes, quà gymnaſtes, omnino eſt ignarus, verū vbi ſemel inſpexit, nō ſolùm qualitatem, ſed etiā vim eius protinus intelligit. Quāplurimos eīn ipſi, ex iis quibus imbecilliores quædā corporis particulæ erāt, vnde crebris in his vrgebātur morbis, vnius gymnaſticæ ope reſtituim⁹: *neque tamē oēs propriis exercitatiōibus, ſed ſiue qs ſaltator erat, ſiue hoplomachicus, ſiue pancratiaſtes, ſiue luctator, ſiue alio quouis gñe exercitatus, iuſſo eo magiſterij ſui motus corā ꝓmere: mox appoſitiſsimis vnà cū tpe, & modo delectis. Verùm de

† Mēdosè legitur in Græc. cod. Ald. ὑπομαχικῶν, pro ὁπλομαχικῶν.

**In Græ. codic. impreſ. legitur ὀυκ ἅπαντας, ſed in veteri habetur οὐκ ἀπαγαγόντες, id eſt, nō eos abducētes à, & ita videtur omnino legēdum.*

de correctione id genus, procedēte tractu agemus: ea ſcilicet operis parte, in qua de vitioſis corporū ſtatibus diſceptabitur. Nūc optimè cōparato corpori, ſuū ſtatum tueri propoſuimus. Porrò huic ex omni genere mediocritas adhibēda eſt, frictione, exercitatione, balneo, cibo, ſomno, ita vt nec durior illi, nec mollior habitus corporis reddatur. Quippe hic ab extrinſecus imminētibus facilè offenditur: ille corporis inhibet auctū. Præterea nec denſior, ne videlicet in carne excremētorū aliqd hæreat: nec rarior, ne quod eſt ſalubre, effluat. Simili modo, ſiquidē optimo habitu erat, nec ſolito gracilior, nec craſsior: quū cōſtat gracilitatē externis iniuriis, craſsitudinē iis quę internè ab ipſo corpore proueniunt, eſſe obnoxiā. Pari modo neq; calidius, frigidius, ſiccius, vel humidius efficere eiuſmodi corpus expedit, ſiquidē inculpato tēperamēto erat. Vnū igitur eſt quod in ita ſe habēte corpore eſt ſpectādū, nēpe in omni tuēdæ ſanitatis materia, quod cōueniens mediocreq; eſt, porrò id eſt inter vtrūq; exceſſum, planè mediū. Quēadmodū autē huius maximè ſis cōpos, ſupra iam dictū eſt. Cæterùm de iis quæ maximè neceſſaria ſunt, vel ſæpius meminiſſe non in profectò inutile. Prima ergo dies craſsiorē

con

coniecturam præbebit:ſecũda verò,tertia, quarta,& reliquarũ quælibet, pro ratione magis exactã:quippe in prima die,omnia tibi pro dictis iam ſcopis ſunt peragenda. Exuat ſe,ſicut Aegimius pręcepit,vbi in lotio iã perfecta concoctio cernitur:mox frictionis ratio huc ſpectet, vt mebra molliãtur. Docebit id, tum floridus color,qui in ſumma cute reſidebit: tum artuũ flexibilitas,habilitasq́; ad omnem motũ. Poſt hæc exercitetur,dũ & corpus intumeſcit,& color illi floridus apparet, & motus prõptè, æquabiliter,& concinnè edit.Inter hæc verò ſudorẽ cũ calido vapore miſtũ cernes. Inhibẽda verò exercitatio tum primũ eſt, quũ aliquod horũ fuerit mutatũ. Quippe ſi cõtractior paulò corporis moles videbitur,deſiſtendũ illico eſt: ſi enim vltrà quid pergat, etiã boni ſucci nonnihil educetur: atq; ita tũ gracilius corpus fiet,tũ aridius, atq; ad incrementũ minus habile. Non minus profecto etſi coloris gratia vaneſcat, ceſſandum eſt:quãdo ſi exercitationẽ continues frigidũ corpus efficies, & nimiùm exhauries.Iam motuũ alacritas,æquabilitas,vel concinnitas, ſi remitti quippiã collabiq́; cernitur,vtiq; ſtatim deſinere cõuenit. Idem ſi in ſudore accidat vlla qualitatis eius,quãtitatíſve mutatio: quippe quẽ

&

& copioſum magis,& magis incalentē edi par eſt,prout motibus vehemētiæ plus acceſſerit.Quū igitur is aut minor intelligitur,aut frigidior,tum ſcias ligeri,exhauririq; corpus:preter eà refrigerari†ac ſiccari plus iuſto.Quo magis ſolicitè attendēdum exercitādo corpori eſt; vt quum dictarum iam notarū quælibet apparet,protinus ceſſet. Nec lauatū tamen protinus*ablegandum eſt, ſed ſummā exercitationis intētionē,quā ἀκμὴν græcè vocāt,remittere,ſiſtereq; iubebitur.Quod ſi illa cohibendo anhelitu implere velit, perfundi oleo , atque apotherapia vti,deinceps debebit.Porrò ea cuiuſmodi res ſit,ſimul qui ſint in ea ſcopi & quæ menſura;ptereà quibus abſoluatur tum motibus,tū frictionibus, ſequenti libro monſtrabitur.Præſentē enim vtpote ſatis verborum habentem, iam commodè videor finiturus,ſi modò illud vnum adiecero:lauacrum quod omnino medio tēperamēto ſit, ad propoſitā ætatem naturámque eſſe eligendū. Propoſitum nāq; eſt (ſi rectè meminimus) tertium à natiuitate ſeptēniū, id eſt quod inter quartūdecimum ac vnū & vigeſimū ānnos interuenit.Quo vtique frigida lauari adoleſcentem adhuc nolim,ne incremento eius, cui plurimùm eſt conſulendum,ſit in mora. Vbi verò iuſtam

†In veteri Græco cod. addi. καὶ ἐκλύεται. i. & reſolui.

** In Græ. codic. impreßis legitur ἀπολάβειν ſed in veteri ἀπολύειν.*

ſtam magnitudinē impleuit, etiā de frigida lauatione aliquid diſpiciemus. Simili ratione, & de exercitationibus, quæ in puluere obeūtur, exquiſitiùs in ſequēti ſermonē agemus. In prę̨ſenti, illud nouiſſe ſatis erit, ne puluere quidē huic opus eſſe: modò illi in qua exercitabitur domus, ad eū modū, quē inter initia præcepimus, præparata ſit. Verū ſi calidior ſit, tum puluere vtendū, at eo ſi vtetur, omnino erit lauādum, ſin non vtetur, liceat & illotū dimittere, prę̨ſertim hyeme. Poſt hęc verò, & quę ad cibum, potionē, ſomnū, ambulationēq; pertinēt, cōiectanda huic ſunt, qui adoleſcēti præficitur, & in ſequētibus à nobis dicētur. Verùm fieri non poteſt, vt modi horū primo ſaltē die, ratio illi exacta cōſtet, ſecūdo, vbi exploratū habuerit, quomodo, poſt, quot exercitationes nutritus adoleſcēs ſit, ſi ꝓpriū naturæ habitus prorſus ſeruare viderit, eodē ſeruato modo, tum nutriet adoleſcētē, tū exercitabit. Sin non ſeruauerit: quacūq; ratione à priſtino habitu eſt lapſus, reducere eū mutata mēſura tentabit: itaq; facere †nō deſiſtet, quoad in ſingulis peragendis exactū modū definierit. Quot verò, & qui ſint præter naturā lapſus, ac quēadmodum quęlibet tum agnoſcere, tum reparare cōueniat, in ſequenti opere docebitur.

CLAV

†In Græ. codic. impreſsis, nō, negatiua non legitur, ſed in altero veteri cod. habetur, in altero legitur nō τότε, id eſt, tunc, ſed τούτου. i. ab hoc.

CLAVDII GALENI DE SANITATE TVENDA LIBER TERTIVS, THOMA LINACRO ANGLO INTERPRETE.

Quæ in tertio libro de tuenda ſanitate habentur.

De ea frictionis parte, q̃ poſt exercitationes adhibetur, à Græcis apotherapia appellata.
De balneis calidis.
De balneis frigidis.
De laßitudinibus quæ poſt exercitationes accidunt.
De conſtrictione.
De exercitationibus poſt venerem.
De vigilijs & triſtitia.
De frictionibus quæ manè & veſperi adminiſtrantur.

MEDICORVM, GYMNAſtarumq́;, qui de ſanitate tuenda prodiderunt, alii omnium hominum communia præcepta

tradiderunt, nihil vſquam cogitantes de corporum noſtrorum per ſpecies differentia: aliis diſsidere inter ſe corpora noſtra non paruo diſcrimine placuit: eorum tamen differentias, ceu comprehendi planè vniuerſæ nequeant, conſultò omiſerunt. Pauci omnino qui per ſpecies, & genera diſcernere ſunt aggreſsi, plura perperam quàm rectè ſcripſerunt. Nos primo ſtatim volumine, quot numero ſpecies humanorum corporum ſint indicauimus, promiſimusque ſingulis propria tuendæ ſanitatis præcepta ſeorſum tradituros. Orſi autem ſumus ab eo corporis ſtatu, in quo queri de vllo naturæ vitio non poſsit. Quoniam autem is homo negotiorum interdum occaſione, vel ſponte, vel inuitus, pro ſecundæ valetudinis præceptis viuere prohibetur: ſatius viſum eſt primùm eum liberum, ſuæque planè ſpontis, ac vni corporis valetudini vacantem proponere. Ac quemadmodum quidem educari eiuſmodi hominem conueniat, primo libro docuimus, ad quartumdecimum vſq; annum curam eius perſecuti. Secundo qua ratione ad virilem ætatem duci debeat, indicauimus: vbi longior ſermo incidit, poſtquàm in communia artis capita deuenit, ſine quibus ne d

pr

propoſita quidem ætate, naturáque exactè diſſerere licebat. Omnes enim tum frictionis, tum exercitationis differentias enumerauimus: non me herclè particulares (niſi ſicubi has exempli cauſa, non neceſsitatis referre ex vſu fuit) ſed quæ genere ac ſpecie ſunt diſtinctæ. Ergo in frictionibus quidem quam mollis duráque, & ante has mediocris facultatem obtineant, interpretati ſumus. Adiecimus & differentias, quæ à quantitate ſumuntur, numero tres: mox quæ ex coniugatione harum oriuntur, omnes in totum numero nouem, etiam poteſtate ſingularum expoſita. In exercitationibus verò enarratis, quænam acuta velóxque vocetur, quænam hebes tardáque, ac quæ harum mediæ, primæque natura ſaltem ſint: itemque quæ valens ac mollis, præterea grauis leuíſque, quæque harum ſint †mediæ, ſimili modo tractatis: docuimus optimum corporis ſtatum per omnia quæ mediocria conuenientiáque ſunt, quæque eadem media planè exceſſuum ſunt, agi debere: idq; tum in frictione, tum exercitatione, tum balneo, tum alimento, omnibus deniq;, quæ ſalubrem victus rationem cōplent: pollicitiq; ſumus ſicuti de frictione exercitationéq; fecimus, vbi in genera

† Mediæ legitur in Græc. cod. impreſsis ἄμεσα pro μέσα, vt eſt in veteri.

*In Græc. codicibus impreſſis legitur δηλώσαντες γὰρ εἰς ὅσον ἐπιτείνειν τε καὶ παραύξειν χρὴ τὰ γυμνάσια καὶ τὸ τέλος, ὡς ἐν ὑγιείας λόγῳ, ἀκολουθεῖν ἔφαμεν αὐτοῖς τὴν καλουμένην ἀποθεραπείαν. id eſt, quum enim declaremus quouſq; intẽdere augereq; exercitationem, & finẽ oporteat, quod ad ſanitatis rationem pertinet, diximus eam, quæ apotherapia appellatur, ſequi debere: ſed in veteri codice legitur non καὶ τὸ τέλος, ſed πρὸς τὸ τέλειον vt legatur nõ [exercitationem & finem] ſed [exercitationem ad ſummum & abſolutum] Et hæc omnino eſt melior lectio. Vide noſtras annotationes.

quædam cõmunia ſpeculationẽ reuocauimus, quò ſimul recordatu facilis, ſimul certa ratione, viáque tradita doctrina eſſet: ita & in reliquis omnibus facturos: ac primùm quidem de ea, quam apotherapiam vocant, acturos: quandoquidem ea proximo loco tractanda in ſuperioribus eſt propoſita. *Quippe vbi quouſque intendere, augeréque exercitationem oporteat, quod ad ſanitatis rationem pertinet, præcipimus: finem quoque ſequi debere diximus apotherapiam] de qua nunc agamus. Eſt igitur primùm ea genere duplex, altera quidem exercitationis, ceu pars, altera eius, ceu ſpecies, ac de ea quidem, quæ ceu ſpecies cenſetur, pòſt dicemus: de ea verò quæ vt pars habetur, nunc agendum. Omnis exercitationis probè peractæ poſtrema pars apotherapia dicitur.

Ea

† In Græc. codicibus impreſsis legitur κοινὸς μὲν ὁ πρότερος λόγος τῷ γυμνασίῳ, ſed locus videtur cùm mendoſus tum diminutus. Ita enim legitur in veteri: κοινὸς μὲν ὢν ὁ πρότερος σκοπὸς ὅλῳ τῷ γυμνασίῳ, τῶν ἀθλητῶν τε καὶ τῶν ὁπωσῦν ἔργον ἂν ἀγκαῖον ἐν τῷ βίῳ διαπραττομένων οἷον ἤ τι σκαπτόντων. hoc eſt, prior igitur ſcopus cõmunis eſt vniuerſæ exercitationi, ſeu athletarũ ſeu eorum qui quodcunq; opus vitæ neceſſariũ exercent, ſicuti vel etiã fodientium.

Ea duplici conſilio ſuſcipitur, & vt excrementa expurget, & vt corpus à laſsitudine tutum reddat. † prior cauſa etiam exercitationi cõmunis eſt: ſi quidẽ & illius duplex quoque eſſe propoſitũ diximus, & vt ſolidas animalis partes firmet, & excrementa expurget. Proprius tamẽ apotherapiæ ſcopus eſt, vt laſsitudinem quæ ſuccedere immodico exercitio ſolet, ſubmoueat atque prohibeat. At athletis quidem [& aliis qui opere corpus fatigant,] ſicuti qui vel fodiunt, vel iter agunt, vel remigant, vel tale quippiam opus vitæ neceſſarium obeunt, præſtò laſsitudines adſunt, niſi apotherapia deuitentur. Verùm de quo hoc loco agimus, optimè cõparatum corpus, quod ab omni ſeruitute eſt liberum, & vni ſanitati vacat, rarò laſsitudine tentatur. Sicuti enim athletæ, quos labor maximus exercet, nullo alio exercitandi genere obnoxij *laſsitudini ſunt, præterquam eò, quod ab ipſis † abſolutum dicitur: ita nec qui vitam degunt liberam, & qui tantùm valetudinis

** Mẽdoſè legitur in Aldi. codi. τόπον pro κόπον.*

† τέλειον.

tuendæ gratia exercitantur, vſquam laſſabuntur: propterea quòd huiuſmodi exercitium adire nulla neceſsitate coguntur. Athletis enim neceſſe eſt, quò videlicet ad immodicos in certaminibus labores, etiam totum diem aliquando continuatos præparato iam corpore ſint, abſolutiſsimum illum exercitiũ (ipſi κατασκευὴν vocant) aliquando obeãt. Verùm qui tantùm tuendæ bonæ valetudinis cauſa exercitãtur, iis nec neceſſum, nec vtile planè eſt immodicos labores adire. Itaque his nullus inſtat laſsitudinis metus: nihilo ſecius tamẽ iidẽ apotherapia vtentur, etſi nullo laſsitudinis timore, at certè excremẽtorũ purgandi cauſa, cui ex † pleniore (vt Græci loquũtur) mẽſura, etiam laſsitudinis ſecuritas accedit.

ἐπιμέτρου.

Nam & ſi ipſe exercitationis modus his eſt à laſsitudine quã maximè alienus, actioniſq; omnis ratio planè citra violentiã: fieri tamen aliquando poteſt, vt gymnaſten in vtroque paulum quid ſubterfugiat, quod neglectum, ſi non magnã, certè leuẽ exercitato laſsitudinem concitet. Cæterùm nõ conuenit qui ſibi viuat, & vni corporis ſanitati vacet, vt vel minimũ lædatur vſquã. Tutiſsimum itaq; ſit, apotherapia ſemper vti: quæ qualis adhibẽda ſit, ipſa finium ad quos tẽdimus, demonſtrabit natura. Nam

quo

quoniam id petimus, vt ſolidarũ animalis partium excrementa, quæcunq; excalefacta, extenuataq; per exercitationem in corpore adhuc manent, prorſus eiiciantur: & frictiones quæ per alios adminiſtrentur; adhiberi oportebit, & cum his vnà, tum ipſarum quæ fricãtur partiũ tentionẽ, tum etiam ſpiritus cohibitionẽ. At quoniã nec frictionum vnica ratio eſt, nec ſpiritus cohibendi: deligendum ex vtroq; genere eſt, quod vtiliſsimum eſt. Atq; ex frictionibus quidẽ quæ dura eſt, cogere corpora, hoc eſt dẽſiora ſimul durioraq; reddere traditum iam eſt. Itaq; hæc ad res propoſitas parum eſt accõmoda, ſiquidem quod denſatur, intra ſe cludit: quod laxũ fit, liberũ excremẽtis exitũ præbet. Ad eundẽ modũ quod durat: iis quæ tenſa ſunt maximè eſt aduerſum, vt quod eorũ affectũ magis adauget: cõtrà quod mollit, id eſt vtiliſsimũ. Si igitur ſimul & excremẽta digeri, & quæ tenſa ſunt molliri cõuenit, duræ certè frictiones omnino ſunt fugiendæ, nec his minus à lẽtis cauẽdũ arbitror. Nã poſtquã à ſe corpus nõ amplius dimouetur, periculũ eſt ne frigeſcat ac denſeſcat, dum nulla ope externa calefit. Hac igitur de cauſa, nõ ſolũ cũ celeritate eſt fricandũ, ſed etiã quoad fieri põt, plurium manibus, quò nulla corporis pars

nuda maneat. At ſi nec tardam eſſe frictionem oportet, nec durã:oleum nimirum fricãdo corpori largiter circũfundi debebit: id enim ad velocitatem ſimul & mollitiẽ frictionis multũ conducet: & alioqui aliud ſecum non mediocre cõmodũ affert:quando & quæ tenſa ſunt remittit, & quæ inter vehementius laborãdũ fatigata ſunt,emollit. Atq; his quidẽ de cauſis dura vitãda eſt frictio,ob alias verò mollis: quippe ea nec altè demittitur, ſed circa cutem ipſam, & ei vicinas carnes deficit: nec ea,quæ in anguſtis meatibus contenta excrementa ſunt, elidit. Cuius profectò cauſa,tum ipſam fricandarum partium tentionẽ; tum ſpiritus cohibitionẽ iniũgimus. Media igitur mollis,duræque,quæ eadem mediocris eſt, ab vtriuſque incommodo abeſſe videtur, & mollis inefficacia,& duræ violẽta noxiaq;. Ea verò perficietur fricãtis quidem manibus valenter iniectis,ita vt earum impreſſio ad duram frictionem proximè accedat: cæterùm pinguitudinis copiã,& velocitate mouendi eatenus remiſsis,vt planè euadat mediocris. Nã & pinguitudo ipſa valentioris*contractionis non leue præſidium eſt, & breuitas ipſa contactus tantũ demit de violentia,quantum etiam de tẽpore. Porrò tendendas obiter,dum fricãtur,partes ceñ-

** ἐπιβωλῆς legitur ĩ Græco, id eſt, manuum iniectionis, quod paulò ſuprà dixit χειρῶν ἐρρωμένως ἐπιβαλλομένων, id*

ſemus, quò quicquid inter cutē & ſubiectā carnem excremētorum reſidet, per cutem expellatur : quippe ambabus his laxis, non magis foras, quàm intrò ferri excrementa continget. Diſtentis verò iis quæ ſub cute ſunt, omnia foras eliduntur, ceu gemina manu expreſſa: vna foris, eius vtiq; qui fricat: altera intus, ipſis ſcilicet, quæ tenduntur particulis, manus vicem ſupplentibus. Ac propter hæc quidē, non exigua portio apotherapiæ eſt ſpiritus cohibitio. Appellant verò ita, vbi omnibus thoracis muſculis, qui circa coſtas habētur, intentis coactisq́; expirationē cōtinemus. Accidit nāq; obiter, vt ſpiritus qui à coſtis premitur, dum efflari per exitum arteriæ (λάρυγγα Græci vocant) prohibetur, vniuerſus peſſum ad trāſuerſum ſeptū (quod Græcè dicitur διάφραγμα) detur, atq; vt cū hoc quæ ipſi ſubſunt omnia ſimul attollantur, iecur, lienis, ventriculus, & quædam alia. Oportebit autem interim muſculos quoq; qui in abdomine ſunt (ἐπιγάστριον Græci appellāt) leuiter contrahi, vt ab his vnà cum ſcepto, ceu gemina manu preſsis quæ interſunt partibus, excrementum, ſi quod intra ſe habent, foras elidant. Porrò mediæ inter hæc partes continentur, iecur, lienis, ventriculus, craſsi ac tenuis inteſtini partes, quæ promi-

eſt, manibus valenter iniectis : fuit autem, vt puto, typographi lapſus, qui pro contrectationis ita deſcripſerit, quod alij non animaduerterunt, ſicuti neque alio in loco in fine huius libri, vbi in Græc. legitur βλάβαις, pro λάβαις.

nent. Loca verò ad excipienda quæ expelluntur excrementa patēt, tum ventris tota capacitas, tum iſthic conſiſtentiũ inteſtinorum cõcauitas. Si verò feriari planè abdominis muſculos patieris, nullius prædictorum excremēta vacuabis: quæ verò in thorace ac pulmonibus habentur, ea deorſum transferes. Expedit verò huc potius tranſferantur, quàm in illis maneāt: tanto profectò magis, quanto etiã eorũ quæ in ventre, quàm quæ in pulmonibus, & pectore continentur, promptior exitus patet. Hæc enim (nempe quæ in ventre & inteſtinis ſunt) vel euomuntur facilè, vel excernuntur: illa, cũ conatu & vi per tuſſes, eiiciuntur. Verũ ſi quis perinde vt ſeptũ, ita abdominis quoque muſculos, anhelitus cohibitione intendat, exquiſitiùs planè expurgabit ea, quæ ſub ſepto ſunt viſcera: non trãſferetur tamen quicquã à ſpiritus inſtrumētis ad ea, quæ nutrimento ſunt delegata: ſed totũ in ipſo thorace, & pulmonibus excrementũ manebit. Quare cohibitionem anhelitus id genus nunc non probo: multoq; minus ſi quis omnino non diſtēto ſepto, validè ac vehementer cõtrahat muſculos abdominis: quando ita neceſſe eſt venas omnes, parteſq;, quę circa collum ſunt, flatu ac ſanguine impleri: excremēta verò

ſur

ſurſum atq; ad caput, non deorſum, & ad vẽtrẽ ferri. Intueri enim id tũ in iis qui tibias inflant licet, tum qui maximã acutiſsimamq; vocẽ edũt: ſiquidẽ his collũ omne dilatari faciẽ verò intumeſcere, & caput validiſsimè impleri videas: propterea quòd in hoc opere, qui in abdomine muſculi ſunt, tẽduntur, diaphragmate his cedente. Eſt enim quicquid eiuſmodi operis eſt (veluti in iis demõſtratũ eſt quæ de voce edidimus) miſtũ ac compoſitũ eſt maxima reſpiratione & ſpiritus cohibitione: vtique quũ ſimul omnis ſpiritus efflatur, maximo nimirũ facto expiratu, idq; quum validiſsima muſculorũ, tum qui coſtis inſidẽt, tum qui in abdomine ſunt, tenſione. Quũ ſpiritus cohibetur, eadẽ vtrorũq; muſculorũ facta tenſione, nullo tamẽ ſpiritu elabi permiſſo. In iis qui tibia ſonãt, aut acutã vocẽ edunt muſculis pari modo tẽſis: ſpiritu tamen nec penitus cohibito, nec toto ſimul emiſſo, ſed mediã rationẽ ſeruante. Ita nimirũ fit, vt triũ operũ cõmunis ſit muſculorũ tẽſio: propria verò in totius ſimul ſpiritus efflatu, velox eius foras expulſio: in anhelitu cohibendo, ipſa eiús retentio: in tibiarũ opere & voce, mediocris emiſsio. Cauſa verò triplicis † huiuſce operis, * in exitu arteriæ eſt] quippe q in totius ſimul ſpir

† In veteri additur διαφορᾶς id eſt, differentia.

** In Græco eſt ὁ φάρυγξ, id eſt pharynx eſt, ſeu ipſius arteriæ caput.*

ſpiritus efflatu, latiſsimè ſe pandit: in ſpiritus cohibitione prorſus clauditur: in iis qui tibia ſonant, aut qui voce acuta ſimul & magna vtũtur, mediũ quẽdã habitũ ſeruat. Ac de his quidẽ poſthac aliquãdo agere neceſſe erit, in iis quibus de vociferatione agemus. Cæterũ ſpiritus cohibitio quæ ad apotherapiam eſt [maximè] idonea, [iecur, lienem] & ventriculum, attollit: tenſis qui in thorace ſunt muſculis vniuerſis, remiſsis qui ſunt in ſepto & abdomine: ita namq; deorſum ferentur excrementa. Secundo autẽ loco habenda eſt, quæ mediocriter eos qui in abdomine ſunt, muſculos tendit, quò videlicet ea quæ ſub ſepto ſunt viſcera, apotherapiæ fructum ſentiãt. His ipſis de cauſis etiam faſciarũ, quæ ἄμματα Græci vocant, circumactus fieri cõueniet: quos fricantes ipſi quũ à tergo fricandorũ cõſtiterint, circa totum ventrem adhibent: [quum ex aduerſo ſe collocarint, ceruicibus:] alias verò coſtis, & ſpinæ, & pectori accõmodãt: idq; conuerſo pariter cum his quodãmodo eo, qui fricatur. Circa lumbos verò ſimilis faſciarum circũiectio circumactióq; fiet, tendẽte ſe ad ſingulas eo, qui fricatur, nón tamẽ cum omnibus pariter ſe reuertẽte: quum neq; continuos motus, nec vehemẽtes cõtingere ei ex apothe

Locus ex Græco ſic erat vertendus. Alias verò quũ ex aduerſo ſe collocarint ceruicibus circa dorſum circũuolutiones efficiunt, duabus manibus circunducentes.

rapia conueniat,ſed certè aliquos,& quibus ex interuallo frictiones ſint interpoſitæ. Quæ nanque & continuæ & vehementes ſunt illæ, exercitationis, quam præparatoriam vocant, ſunt propriæ: quæ verò nec continuæ, nec vehementes, apotherapiæ. Itaq; cõcertatatorẽ ſubinde[cõplectatur,] ſubinde repellat,ſæpe etiam hoc ipſo tempore mutet, ſæpe ipſe à tergo gymnaſtæ incumbens, ac crurũ vtrunq; per vices ipſi circumplectens, idque cum tẽſione aliqua haudquaquam vrgente, ab aliis qui cõmodò contrectent,fricetur.Hac enim vel maximè ratione, & calorem, qui exercitando eſt adauctus,ſeruauerit:& ſimul excrementa propriis ipſis,tum tenſionibus, tum motibus eiecerit. Ad quòd ſanè opus ſpiritus quoq; cohibitio,non parum mihi conducere videtur:quippe qui vndique*compulſus, in anguſtos ſe recipere meatus cogitur, eoſq; ſi amplius truſus propulſusq; fuerit, etiam penitus tranſire, atq; extenuati iam excremẽti ſecũ nonnihil arripere.Ad hunc ſanè modũ exilia inſtrumẽtorum foramina, vehementiore ſpiritus inflatu expurgantis opifices videas. Nam quãtũ is vltrà per vim coactus impellitur, tãtum ab ipſo quædam impelluntur, quædam trahuntur, totamq; viam peregiſſe properant.Et trudun

[In Græco legitur ἐν' ἀνειλέεσθω, id eſt, reuoluatur, & ita vertit vetus interpres.

** Mĕdosè legitur in Græc.cod. impreßis ἐνθόμενοι, pro ὠθόμενον.*

duntur quidem, quæ antè occurrunt: attrahũtur quæ ad latus ſunt poſita, impetu ipſo motus vtraq; acta. Quinetiam inter ipſam exercitationem, ſpiritus cohibitionẽ interponunt optimi gymnaſtæ, atq; etiã quam ſupra cõprehendimus, ipſam, quæ apotherapiæ debetur, frictionẽ, ſimul hominem, quũ laſsitudo incipit, recreantes, ſimul cutis meatus paulatim expurgãtes, quò videlicet perſpirabile ſimul, puruq́; corpus ad ſubſequentes labores ſit; quum alioqui verendum ſit, ne, ſi nihil tale gymnaſta prouiderit, obſtruat potius prædictos meatus, quàm expurget: propterea quòd vehemẽtiſsimi materiæ impetus, diuerſis temporibus, ac rationibus cõtrarios edere effectus poſſunt. obſtruere quidem, quũ craſſum ſimul, ac multum fuerit, quod confertim ac præceps agitur. purgare, cũ exiguũ tenueq́; eſt, nec præpropere, nec violenter cogitur ſimul omne expelli. Apparet enim ita accidere in omnibus, tũ externis inſtrumentis, tum verò calathorũ plexibus; quippe eluitur, extergeturq́; ex his omne ſuperuacuũ, non quum egredientibus adhuc paulatim prioribus, alia violenter à tergo irruũt (verendũ enim interim eſt, ne quæ in tranſitu ſint impacta innixaq́; inuicẽ viã obſtruãt) ſed cum prioribus, [vel iam exeuntibus,]

vel

vel planè vacuatis,alia poſtmodum vacuātur. Et quid de exiguis meatibus miremur, quum etiā è theatris multitudo quæ cōfertim egredi conatur, in exitu hæret? Ob hæc itaq; qui etiā in mediis laboribus apotherapia vtuntur,gymnaſtas laudo,potiſſimumq́; in his quos † grauia (quę vocāt) certamina exercent: verùm de his poſteá. Qui autem nūc nobis propoſitus iuuenis eſt, in hoc nō athleticum habitū,ſed ad ſanitatem tuendā conſilia diriguntur, quo minus aut multis exercitationibus, aut coacta comeſtione eſt opus, aut etiam ſuillæ carnis copia aut pane id genus, quo graues athletæ vtuntur. Atq; his omnibus de cauſis timēdum huic non eſt, ne exiles eius meatus obſtruantur; ſi modò probè eſt præparatus, ſcilicet idonea frictione ac laboribus, qui ex paruis paulatim creſcant. Graui verò athletæ niſi omnia probè adminiſtrentur, ob ciborū tum qualitatē, tum quantitatem, verendū in exercitationibus eſt, ne obſtruantur potius, quàm expurgentur meatus. At de apotherapia quidem abundè mihi dictū iam eſt, deinceps ad balnea veniamus, illud † modò de propoſitis præfati, quòd ſi quis hæc paucioribus interpretabitur, is meritò prolixitatē ſermonis noſtri accuſet: verùm ſi quis aut neceſſarium

aliq;

† *Mēdosè legitur in codi. Ald. καρέας pro βαρέας.*

† *Mēdosè legitur in cod. Ald. ὃ pro ἔτι, id eſt, adhuc, vt legitur in veteri.*

aliquod theorema , aut quæ id confirment euidentes demonſtrationes præteriẽs breuitate ſe vſum putat, hunc non tam de tali breuitate ſibi placere , quàm certè pudore affici par eſt. Ego verò etſi iuſtũ volumen ſcribere de apotherapia potuiſſem, tamen id faciendum non cenſui, vt qui longitudinem huius operis contrahere maximè ſtudui. Si enim ad ea refellenda, quæ perperã à pleriſque ſunt ſcripta, me conuertere voluiſſem, nec paruã, nec certè leuem materiam longioris ſermonis habuiſſem : verũ arbitror, ex iis quæ demõſtraui, ſatis me ſeminum dediſſe iis, qui ſaltẽ non planè hebetes ſunt, eiuſmodi omnia refellẽdi. Quũ enim dicat Aſclepiades ſpiritus cohibitionẽ caput opplere, ex iis, quæ ipſe paulò antè definiui, quũ differentias eius traderem, poteſt qui volet hominis ſententiã refellere. Similiter in ſecundo quoque volumine, licuit etiam mihi omnibus exercitationibus ſingulatim percenſitis, librũ producere: ſicuti quum alii nonnulli fecerunt, tum qui belliſsimè totam materiã eſt executus Theon Alexandrinus : is enim quatuor libros nõ alia de re, quàm de particularibus exercitiis ſcripſit. Quæ & mihi dixiſſe licuit, vt qui tũ melius quàm ille interpretari potuerim, tum verò aliorum meminiſſe

non

non paucorũ,quæ ſunt operis exercitationum cõmunia. Is enim quũ illud ſibi propoſuiſſet, vt quemadmodũ athletæ maximè exercitarẽtur,doceret,in his multũ verborum abſumpſit. Poteſt autem qui volet, & de iis,quas ſingulæ artes præſtant,exercitationibus diſſerere : atque hæc quidem iis, qui longitudinem operis parum æquo animo ferunt, dicta ſint. Nunc de balneis agere tẽpeſtiuum videtur:ac primùm quidem de aquis dulcibus calefactis, vt quorum crebrior ſit vſus:mox de frigidis, poſtremò de iis quas ſpontè natas appellant: quarum aliæ media temperiæ,aliæ feruentes,aliæ tepidæ,aliæ omnino frigidæ ſunt. Dulcium calefactarum aquarum ſi media temperie ſint, vis calida & humida eſt ; ſin tepidiores ſint,humida & frigida : quòd ſi iuſtò calidiores fiant,calida quidẽ,ſed non perinde humida. Quippe horrere corpora, cõtrahiq; exiles eorũ meatus ſubigunt, ita vt nec madeſcere ab extrinſecus accedẽte humore poſsint,nec excremẽti, quod intus latet, quicquam emittere. Cæterùm ab iis incipiendum,quæ medium temperamentum obtinent,quæ per ſe ſemper calefaciunt: & humectãt.Euenit tamen ex accidẽte,vt aut per halitum digerant humores, aut ſuperuacua fluxione (ῥεῦμα Græci

vocant) corporis particulas impleant, aut molliant, aut cõcoquant, aut vires firment vel infirment: ſiquidem ad hæc, quantitas quoque earum, nõ minimũ confert. Quin alios quoque multos lauationis aquæ tẽpe ratę & potabilis effectus, qui iam comprehenſis ſuperueniant, enumerare licet: quo rũ qui propoſito nũc operi ſunt accõmodi, dicẽtur quàm fieri poteſt paucißimis, dila to videlicet in aliud tẽpus eo, quẽ in morbis præſtat, vſu. Sed quod ad ſanitatis tuendæ ſpectat vſum iuuenis in ſermone propoſitus iam exercitatus redeat, vt prius eſt cõprehẽſum. Huic igitur prædicti balnei perexiguus eſt vſus, vt qui omnia iam ex mediocri exercitatione, & iam dicta apotherapia eſt cõſecutus. Nihilo ſecius tamẽ ſi probè balneũ adhibebas, †ipſum quoq; apotherapiæ pars aliqua fit: ſi quidem duras tenſasq; partes emollit, excrementum, * putréque, ſi quod intus ad cutim hæret, euocat: verùm neutrius horum egere videtur propoſitus iuuenis: nec vllum aut molioris carnis, aut adipis† liquamentum, credibile eſt illi inter exercitandum euenire, quum & immodicos & vehemẽtes motus talia ſequebãtur, huic verò non ſolùm expulſa omnia excrementa, ſed etiã emollitæ ſolidæ partes ſunt, obiter dũ apotherapia eſt

† In veteri Græ. codi. legitur μέρος ἂν τιθίνοιτο καὶ αὐτὰ, πῶ μέρος ἂν γιγένοιτο καὶ αὐτὸ vt in impreßis.

* Σύντηγμα eſt in Græc. hoc eſt, colliquamentum.

† Σύντηγμα.

eſt vſus. Quare elui ſibi in balneo ſudorē & puluerē, ſi quando hoc vtitur, magis poſtulat quàm calefieri. Ergo tranſire tátùm ad ſolium vſque,nō† in laconico immorari is debebit, ſicuti qui citra exercitationē ſeipſos elixant. Sed nec morari in piſcina huic eſt opus:imò lotus,vt comprehenſum eſt,ad frigidam feſtinet: atque ipſa quoq; medio temperamento eſto, vtpote ad medii temperamēti corpus. Quibus enim aut vehementer frigida opus ſit, aut molli,& veluti inſolata, pòſt dicemus. Cæterùm optimum corpus quoad augeſcit,dictū ſuprà eſt, nō eſſe frigida lauandum, ne eius incrementum moretur. Vbi verò abundè eſt auctus,iam frigidæ quoq; aſſueſaciendus, vt quæ tum corpus vniuerſum roboret.tū cutē denſam duramq; efficiat:quod ſanè tutiſsimum eſt, aduerſus noxas quæ extrinſecus imminent. Quemadmodum verò quiſpiā frigida lauari primùm incipiet, ſic vt nullā ex ſubitaria mutatiōe noxam ſentiat,id vtiq; ante omnia ſciri conuenit.Multi enim, quū parū rectè incœpiſſent,adeò in frigidā lauationē malè fuere affecti,vt nec iis, qui tutiſsimè eā adminiſtrare potuiſſent,ſe ꝑmitterēt. Eſto igitur anni tēpus,æſtatis initiū,quo videlicet antè hyemem in toto interpoſito tēpore, nō

† *Τῷ βαλανείῳ,id eſt in balneo.*

ſpernenda conſuetudo pariatur. Eſto præterea dies quo auſpicabimur, quàm maximè trăquillus,& quoad id tēpus feret, calidiſsimus: cuius etiam calidiſsimā deligendam eſſe partē, nemo dubitet ſicuti etiam gymnaſteriū, quod mediocri maximè ſit tēperamento: & externa quidē præparatio talis eſt.Corpus ipſum quod vti frigida debebit,ad hunc modum præparabitur: Eſto illi ætas quarti maximè ſeptēnij medium, nulla nec ipſo die,nec quæ eā pręceſsit nocte,noua realterato,ſed priſtinam ſalubritatē ad vnguem ſeruanti.Eſto verò qui frigida vtetur iuuenis,*& animo tū præſente,tum planè hilari:ſi quando alias etiā tūc pręcipuè,ac primùm quidē fricetur linteis vberius. Sunto autē frictiones magis nunc quàm antè vehemētes,atq; etiā linteis, durioribus adminiſtratæ. Quòd ſi manicas cōſutas manibus progymnaſta circundabit,atq; ita fricabit, quò fiat opus æquabilius, nō minimè ad rē pertinebit. Dehinc oleo,prout aſſueuit fricetur:inde exercitetur exercitationibus multitudine quidem paribus,ſed citatioribus quàm antè.Ab his in frigidā deſcendat,nō tamen cunctanter, ſed celeriter, vel etiā ſemel totus inſiliat: huc vtrobique ſpectans, vt vno maximè tēpore omnibus corporis partibus humor

*Mendosè legitur in Græc.cod. impreſsis ἄθυμος, id eſt triſtis, pro εὔθυμος, i. alacris.

circ

circũſundatur: quippe quum ſi ſenſim his accedet, horrorẽ concitaturus ſit. Eſto verò & aqua ipſa nec tepida, nec planè cruda, & glacialis, altera nãq; repercuſſum caloris † non efficit: altera ferit inſuetos ac refrigerat. Siquidẽ procedente tẽpore, tali quoque aqua vtatur iuuenis, ſi neceſsitas exigat: verùm primo ſaltem die omnino cauenda eſt admodũ frigida. Exeunti verò ab aqua fricari oleo, idq; à pluribus expedit, quoad cutis ipſa incaleat: poſt hæc cibũ plus quàm cõſuetũ, potionẽ intra conſuetudinem capiat: quæ ipſemet vel iniuſſus faciet, ritè modò omnia ſunt peracta: Nam à frigida lauatione & plus appetunt, & melius concoquunt, ac minùs ſitiũt, veniuntq́; ad exercitationes poſtridie planè meliore habitu: corporis quidẽ mole pari ei quæ antè, cæterùm cõpacta & muſculoſiore, ac vegetiore: cute verò duriore ac dẽſiore. In hoc ergo, ſecũdo prætereà die ſimiliter omnia ſunt peragenda, etiã tertio & quarto. Poſteà verò procedente tempore, ad eundem modum frigidã iterum ingredi iubebimus, videlicet poſt eam quæ priori ingreſſui ſucceſsit frictionem, vt prius eſt cõprehenſum: verùm tertio eam ingredi, quod nonnullis placuit, nõ laudo. Nam & iterum id feciſſe, abundè ſatis mi-

† In Græc. codic. impreſſis, deeſt εὐ id eſt non, quod habetur in veteri.

hi eſſe videtur, præſertim quum pro arbitrio noſtro immorari hominem iubere liceat. Ipſum verò immorandi tempus, hîc quoque à quotidiana ipſius experientia eſt coniectandum. † Nam ſi egreſſus frigidã, coloratior ex frictione citò redditur, mediocriter moratum indicat: ſin & tardius ei calor redeat, & decolor diutius maneat, plus æquo moratum docet. Si ergo cutis notis intentus ſis, facilè intelliges, an par tẽpus poſteà in frigida ſit habendum, an potius ad maius minúsve aliquid ſit mutandum. Et de frigida lauatione quod ad optimam naturam ſpectet, abundè dictũ arbitror. Supereſt quemadmodum peccata, ſi qua inciderint, commodiſsimè corrigas, diſſerere. Vt enim quàm maximè ſtatum corporis irreprehẽſibilẽ ſortitus quiſpiam ſit, ac ab omnibus, quæ in vita contingunt, negotiis liber ſit, & ſibi vni viuẽs, fieri tamen nequit, vt non aliquándo vel ipſe, vel is, qui ei præficitur, aberret. Primùm igitur nõ abſimile eſt in id maximè & frequẽtiſsimè peccatum incidere iuuenem exercitationibus deditum, quæ laſsitudo appellatur: de qua multis iam nõ ſolùm medicis, aut gymnaſtis, ſed etiam philoſophis eſt proditum, veluti Theophraſto, qui integrum de ea volumen ſcripſit.

† Μὴ δοκεῖ legitur in Græc. cod. impreſsis μὴ. id eſt non, pro μὲν, id eſt quidem.

Ego verò hîc quoq; longitudini parcens, quæ nõnullis parum rectè ſunt tradita, ea tranſire ſtatui: quæ verò maximè ſunt neceſſaria iis, qui ſanitatẽ tuendam profitentur, hæc vnà cum accommodatis demonſtrationibus explicare, ac primum de notione eius agere. Quippe rectè ſe habet ab hac orſos, ſic ad eſſentiam eius explicandam accedere. Ergo laſsitudinis notionem intelligentiamq; ſunt qui accipiant, *dum vſti, extentique ſibi eſſe] videntur, idque aut omnibus corporis partibus, aut iis tantùm quibus laborarint: quidam dum triſti, moleſtoq; ſenſu inter mouendum aſſiciuntur, quem alii indicibilem dixere, alii vlceroſum appellauere: nonnulli quũ mẽbra ceu contuſa, & phlegmone obſeſſa ſentiũt. Non deſunt & qui ſimplices hos affectus inter ſe miſcent, & qui tenſionis eſt, & qui vlceroſus, & qui phlegmones ſpeciem præſert. Alii duos ex his miſcent, aut eum qui vlceris emphaſim exhibet, ei qui tenſioni aſsimilatur, aut eũ qui phlegmones ſenſum affert, ſeorſum cum vtroque: ita vt ſint in vniuerſum ſententię de laſsitudinis notione ſeptem. Quæ ſanè omnes vt veræ ex parte ſunt, ita in totũ ſimplici abſolutoq; ſermone non ſunt. Nam ſiue vlceris ſenſus quum mouentur ſe exhibet, ſiue

*In Græc. co. impreſ. legitur πεπρῆσθαι τε καὶ τετρῶσθαι, ſecari, & pertundi, ſeu vulnerari, ſed in veteri legitur ἐμπίπρασθαι καὶ τείνεσθαι. quã lectionẽ eſt ſecutus interpres, & ſic legitur etiã paulò infrà in impreſsis; & paulò pòſt vt annotauim⁹, ſic ex veteri alius locus eſt caſtigãdus.

phlegmones, ſiue incendi, tendíq; videntur: ſiue duo quilibet horum, ſiue etiam omnes coëant, κόπος Græcè dicitur, id eſt laſsitudo, eorum affectuũ vnuſquiſq;. Quò fit vt ſeptem eius in vniuerſum differẽtiæ ſint ſimplices tres, cõpoſitæ quatuor. Corporis verò quod his ſit affectum remedia, quædam propria cuiuſq; laſsitudinis ſunt, quædam omnibus communia. De his mox dicetur, ſi prius de affectu quodam, qui laſſitudines comitatur dixero, quem decepti nonnulli laſsitudinem nominant, is qualis ſit, & quas notas habeat, illuſtrius apparebit, ſi cuiuſq; laſsitudinis eſſentiam prius diſquiſiuerimus. Hactenus enim ipſa ſymptomata dicta ſunt. Illa enim, quòd † incendi] tendíq; corpus videatur, & ꝙ mouenti ſe, vel vlceris, vel phlegmones ſenſus oboriatur, affectiones non ſunt, ſed ſymptomata: Affectiones verò corporum, quibus hæc ſuperuenire ſolẽt, tres ſimplices ſunt, quatuor cõpoſitæ. Et vlceroſus quidẽ affectus oritur ab excrementorũ copia tenuiũ ſimul, & acrium: quæ nimirũ inter exercitandum proueniũt, duplici ex cauſa: aut eo excremẽto quod craſsius erat fuſo, & attenuato, non tamen toto expulſo, aut adipe mollíve carne liquata. Neceſſe eſt enim abs tali humore ceu tenui, atq; acri, pũgi & quaſi

† In impreſsis legitur πεπρῆσθαι i. ſecuri: ſed in veteri πίμπρασθαι, i. vri

quaſi vulnerari tum cutem, tum ipſam carnem ſic, vt etiã horror interim oboriatur; imò etiã quadãtenus concuſsio cõmotioq́; totius corporis inęqualis, quod Gręci ῥῖγος vocãt, ſi modo admodũ tum copioſius humoris, tũ acer ſit: ac talis quidem eſt vlceroſa laſsitudo. Vbi autẽ tendi ſolùm membra videntur, vlceris verò ſenſus nõ eſt, in hac certè laſsitudine nullũ excrementum, de quo ratio vlla ſit habenda, in corpore continetur: ſed reſidet in muſculis & neruis, ex nimia tenſione quam exercitando admiſerunt, affectus quidã, effectricis cauſæ poteſtatem teſtificans. Accidit nanque in vehementi tenſione omnes muſculorũ fibras tendi, non tamen ſimiliter omnes laſſari, ſed eas maximè, quæ per longitudinem tẽſionis porrigũtur: quippe quæ obliquiores quodammodo iacẽt, minùs in directum aguntur, quare his nullũ inſtat periculum. In his verò quæ immoderatius ſunt extenſæ, ita vt parum à rumpẽdo abſint, relinquitur affectio quædam ſimilis ei, quæ inter agendum fiebat: quippe tendi adhuc videntur, quũ tamen nulla iam tenſione vrgeantur. Tertia verò laſsitudinum differentia, qua nimirum ceu contuſas, aut phlegmone obſeſſas partes ſentimus, tum maximè ſolet incidere, quum muſculi nimium

mium excalfacti attraxere quippiã ex circunfuſis ſibi excrementis. Quòd ſi etiam tum tẽdonibus, tum neruis idem affectus incidit, ὀστόκοπον Grçcè, quaſi oſsium dolorem eum affectum nominant: ob penitiorẽ ſcilicet ſenſum, partibus quæ in alto maximè corpore ſunt poſitæ, nomen tribuẽtes: quippe ſummum locum cutis occupat, ſecundum ab ea muſculi habent, vtiq; circum oſſa poſiti: at tendones ipſis oſsibus adhærent. Quo magis rationabile eſt, quũ hi quicquam prædictorum patiũtur, videri in imo, ac circa ipſa oſſa affectionẽ hærere. Atque hæ quidem ſolæ tres ſimplices laſsitudinum differentiæ ſunt, compoſitæ verò ex his (vt iam dictum eſt) quatuor ſunt, de quibus mox agendum, ſi tamen prius ſimplices vniuerſas abſoluero. Eſt nanque affectio alia quoque, quæ ceu laſſitudo ſit, nonnullis imponit. Hæc incidit, quũ ſupra iuſtum muſculi ſiccantur, ſic vt ſqualens cõtractũq; corpus appareat, atque ad motus quodã modò pigrũ: nõ tamen ei quicquã eorum quæ modò diximus ineſt, neq; is qui veluti vlceris, aut tenſionis eſt, multoq; minus qui velùti phlegmone eſt ſenſus, Quippe diuerſiſsimus aſpectus eiuſmodi affectiõis eſt, & eius quã vltimo loco retulimus. Hæc nãq; [ſqualens & contractius

[In Græcis cod. impreſsis legitur αὐχμώδης καὶ προσε-

ctiuſcorpus efficit] at quę phlegmones ſenſum pręfert, molle etiam quàm pro natura ampliore. Quare quatuor in vniuerſũ ſimplices affectiões ſunt, quarum ſingulis ſua ſunt remedia. Ordiendum verò ab ea, quæ vlceris ſenſum inuehit, quam etiam ab excrementorũ acrimonia ortã diximus: hæc maximè in ea incidit corpora, quæ & mali ſucci ſunt, & excrementis abundãt. Succedit verò recentibus cruditatibus, quum aut exercitãtur immoderatius, aut in ſole ſunt morati. Cæterùm nihil obſtat, quin in corpore boni ſucci citra cruditatẽ proueniãt, vtiq; ob exercitationis nimium exceſſum: ſanè excitare eam ſolent, celeres ac multi motus. In hac verò laſsitudine etiam denſa eſſe, horrereq; cutis videtur. Fatenturq; qui ea ſunt affecti, inter mouendum dolere ſibi vlceris ritu, alii cutim tantùm, alii ſubiectã etiam carnem. Remediũ huius, ex iis, quæ affectioni ſunt contraria, cõparatur: quippe ſi quæ redundãt euapores, malum ceſſabit. Sanè euaporabũtur frictione multa, molliq; cum oleo* à quo oĩs aſtringendi vis abeſt: quod genus maximè Sabinum eſt. Aduerſiſsimũ verò huic affectioni eſt, quod ex Hiſpania portatur, & ex Iberia. Vocant autem Hiſpanum, tum quod omphacinũ vocãt, vel ὠμοτριβὲς, id eſt, cru-

σταλμένον ἀπεργάζεται τὸ σῶμα, quã lectionẽ ſequitur interpres: locus aũt in Aldi. tã quam mẽdoſus notatur duplici aſteriſco. in veteri legitur, αὐχμώδεις καὶ προσεσταλμένους ἀπεργάζεται τοὺς μῦς, id eſt ſqualidos & cõtractos efficit muſculos.

**In Græ. eſt legẽdũ,*

μὴ δὲ μίαν ἔχοντι σύψιν, nõ ἔχοντας, vt mẽdoſè in impreſſis.

dum. Et, vt ſemel dicã, quod auſterum eſt, omne id alienum eſt. Adeò guſtu ipſo vim eorũ diſcernere licet, etiam ſi de ipſis antè periculum non feceris. Sic nanque & nos quondam in Macedonia deguſtato oleo, quod fit circa Aulonem, qui eſt ſuper Stry monẽ, deprehendimus eandẽ cum Hiſpano vim habere. Quin & reliquorũ omniũ olei generum ita deprehẽdas vires, etiam quæcunque per abuſionem nominant, ex ſale, ex radicibus, ex herbis, ex germinibus, ex foliis, vel fructibus: proptereà videlicet quòd hæc habent. Dictũ verò abũdè de iis omnibus eſt, in operibus his quæ de medicamentis inſcripſimus: nihilo tamen minus etiam in propoſito opere dicetur ſuo loco. Illud tantùm in præſentia dixiſſe ſatis ſit, quod planè dulciſsimum oleum eſt, id eſſe ad propoſitam affectionẽ maximè accommodatum. Hoc igitur copioſo cum multa frictione vtendum, primo quidem die, quo ſuſpectam fore laſsitudinem omnino declines: ſecundo verò, vt ſi qua incidit, diſcutiatur. Diſcutit porrò eã exercitatio, quæ apotherapia dicitur, in qua ſcilicet motus adhibeas quantitate mediocres, qualitate tardiores: idq; cum frequẽti interpoſita his quiete: qua vtique fricare hominẽ oportet pluribus cõtrectantibus.

quò

quò nec refrigeſcat pars vlla, & ocyſsimè excrementa digerantur. Porrò frictionum plus adhibebitur, in iis qui in cute & ſub cute excrementorũ collectam vim habẽt. Motuũ verò quos ipſemet edat, in altera laſsitudine, ſcilicet in qua plus eſt in ipſis muſculis cõgeſtũ. Quæ enim in his coacta excrementa ſunt ſola frictio educere non poteſt:his enim opus eſt non ſolùm ab aliquo foris attrahi, verùm etiam ab altero quopiam intrinſecus impelli. Impellit ea partim calor ipſe, qui per motũ accẽditur, partim ſpiritus qui vnà emittitur, partim ipſa muſculorũ tentio,ſuper hæc verò,ipſa ſingularum partium excretoria alieni vis. Altera verò laſsitudo in qua tẽſio ſentitur, illud pro remedio poſtulat, quod Hippocrati Græcè χάλασις,id eſt relaxatio dicitur. Ea nanq; tenſioni cõtraria eſt, ad eum modũ quo duritati mollities.ait enim ita: [Cutis duræ mollitio diſtentæ remiſsio.] Ceu duro molle, diſtẽto remiſſum laxũq; cõtrarium ſit.Sanè remittitur quod diſtentum eſt in aliis quidem affectibus, quos in quinto de ſimpliciũ medicamentorũ viribus diximus, alia ratione. Quod verò per exercitationẽ incidit, tum pauca molliq; frictione,eaq; ex oleo dulci, atq; †egelido, tum intermiſsione omnino, aut etiã quiete: †ἀλιθε-ρὺς.

te: præterea lauatione medii temperamẽti atq; in calida pluſcula mora, adeò ſi bis tér ve lauabis, plus proderis. Hi verò & poſt balneũ vngi deſiderant priuſquã veſtiantur. Quòd ſi propter ſudorẽ fortè aliquẽ, pingue deterſerint, rurſus vngi deſiderãt. Quinetiam poſtero die, quum è cubili ſurgunt, vngi his expedit: nũquam tamẽ oleo vltimè frigido, nec dura frictione. Incidit certè huiuſmodi laſsitudo iis, quibus ſalubris ſuccus eſt, poſt robuſtas potius quàm celeres exercitationes : redditq́; laſſatos ipſos pigros admodum, ægreq́; flexibiles. Nõ tamẽ hi denſi horrẽteſq́; apparẽt, quẽadmodũ quos paulò antè cõprehendimus: cæterùm contracti, aridiq́; nõ minus ipſis apparẽt: tactu vero calidiores vidẽtur, nõ ſolùm iis, quos vlceroſa laſsitudo vrget, ſed etiã quàm ipſimet quũ ſani eſſent. Tertia laſsitudo ex vehementiſsimis naſcitur motibus, ſolaq́; ſupra naturalẽ habitũ muſculos attollit ſic, vt phlegmone perſimilis affectio ſit: itaq; & leui tactu offenduntur, & calidiores apparent: dolẽt verò etiã ſi ipſi per ſe moueri conentur. Incidit hæc laſsitudo his plurimùm, qui aſſueti exercitationibus nõ ſunt: nam exercitari aſſuetis rarò incidit, vtiq; ex vehemẽtiſsimis plurimiſq́; motibus. Sanationis verò eius cõſi-

lium

lium ad tria dirigitur, eadem ferè ad quæ omnium phlegmone obſeſſorũ, nempe ſuperuacanei vacuationẽ, extẽti requiem, & inflammationis refrigerationem. Ergo & oleum copioſum ac tepidum cũ frictione molliſsima, & longiſsima in medii tẽperamenti aquis mora, huiuſmodi laſsitudines emendat: quòd ſi paulò tepidior aqua ſit, plus proderit. Ad eũdẽ modũ multa quies, & vnctio aſsidua, denique omnia quæ id quod laſſatum eſt, quiete, lenimentoq; recreẽt, ac quod ſuperuacuũ eſt per halitũ digerunt. Sed putet fortaſſe quiſpiã laſsitudinẽ hãc nec ſimplicẽ eſſe, nec à duabus iam traditis tertiam, ſed ex his compoſitã: nec aliũde cõſtantem, quàm ex neruoſarũ partiũ tenſione, & vlceris ſenſu. Calorẽ nanq; qui in huiuſmodi laſsitudine ſentitur, in aliis quoq; naturaliter ineſſe, veluti in memoratarũ vtraq;: nec tamẽ cõplendæ notionis, ſubſtantiæ've partem eſſe vllam. Verùm illud huic vni egregiè præter cæteras ineſt, nẽpe maior, quàm pro naturali habitu, tumor: tũ quòd nec grauitas ſenſus ſimilis in hac, & tenſionis laſsitudine habetur. Quippe in illa tẽdi, in hac cõtuſos eſſe vſq; ad oſſa neruos putãt, qui ipſa laborãt. Quare in his ſaltem propriũ à reliquis duabus diſcrimen habet: nec eſt cõpoſita tantùm.

Tres igitur ſiue corporis ſtatus, ſiue affectus, ſiue quid aliud dixiſſe velis, hi ſunt. Eſt alia quædam ſuper has quarta, ſimilis quidẽ laſsitudini, non tamẽ laſsitudo, quòd neq; vlceris, neq; tenſionis, neq; phlegmones affectũ præ ſe ferat: ſed nec horrorem vllum doloremve, nec pigritiã ad motus, quẽadmodũ laſsitudines, infert: ſed † gracilitatem tantùm ariditatẽq; facit. Incidit quidẽ hæc in corporibus boni ſucci, & exercitationi aſſuetis, vbi immodicè exercitata, parũ ritè apotherapia ſunt vſa. Quippe ita & digerũtur excremẽta, &, quæ tenſa fuerãt, laxantur, nec aliud in corpore relinquitur præter ſiccitatẽ, quã ex immodico motu cõtraxerunt. Poſtulat autẽ primo die nihil ſané diuerſum ab iis, quæ prius dicta ſunt, præter calidiorem aquam, quæ ſenſim contrahat, & calefaciat, & roboret cutẽ. Secũdo die apotherapiæ exercitationem, quæ tum in motu, tum frictione, & pauca: & mollis, & tarda ſit: prætereà ſoliũ ſimiliter calidũ, verùm protinus in frigidam exiliant, quò videlicet ipſis robur in cute vnà cũ calore conſtet. Nam & minus in ſequẽti tempore per halitũ amittunt, & facilè in carnẽ, cutemq; nutrimentum reſumunt: quo maius his cõmodum nullum profectò inuenias, vt qui nullum notabilem

† Mẽdoſè legitur in Græc. cod. impreſsis, ἰσχνοτάτην δὲ μόνην ἅμα ξηροτάτην pro ἰσχνότητα δὲ μόνην ἅμα καὶ ξηρότητα, vt legitur in veteri.

lem affectum, præter carnis gracilitatem ariditatéq; , habeant. Quippe poſtulat (arbitror) tale ſaltem corpus, nutriri ſimul ac madefieri, quorum vtrunq; ex humido nutrimento optimè aſſequetur. Quoniã verò facta ſemel mẽtio de victu poſt balneũ eſt non alienũ fuerit, & de eo, qui ad laſsitudines pertinet, præcipere. Vlceroſa igitur laſſitudo poſt legitimã apotherapiã, cõſuetũ nutrimentũ deſiderat, aut etiã parcius, prętereà humidius. Quòd ſi in ipſa apotherapia, in quartũ migrauerit affectum (aſſolet enim ita plerunq; fieri) pro ipſius ratione, tum lauetur, tum nutriatur. At quæ tẽſionẽ laſsitudo præfert, ea etiã magis quàm vlceroſa parcè nutriri poſtulat: quæ verò phlegmones ſenſum affert, ea ſupra reliquas omnes, tum humidiſsimum, tum minimum, tum verò, quòd refrigerans quippiam habeat, requirit. Boni ſucci tamẽ nutrimentũ, omnes qui laſsitudine grauantur iuxtà poſtulant, quali nimirũ propoſitus nobis iuuenis adhuc integer vtebatur. Cauẽdus tamẽ in vlceroſa, & ea quæ phlegmones ſenſum exhibet, glutinoſus cibus eſt, ceu qui excrementorũ digeſtionem moretur. At in tenſionis laſsitudine, etiam exhibẽdũ eiuſmodi nutrimentũ eſt, ſed minuto eius modo. Quo minus mirum eſt, ſi multiplex pu-

gna nō plebeis modò inter ſe, ſed etiã doctis, & inter ſe & cum plebeis oritur, dum neque de exercitationibus neq; frictionibus, neque balneis, neque victu laſſatorum conſentiunt. Quippe alios affirmare audias, laſsitudinem laſsitudine eſſe abolendam: alios laborem quiete ſanari, alios parcius nutriendos, qui laſsitudine premũtur: alios contrà, non modò de conſueto nutrimento non demendum quicquam, ſed etiã tantò plus adiiciendum, quãtò plus ſe fatigauerint: ad portionem enim laborum, nutrimentum exhibendum: alios rurſus nec adiiciendum quicquam nutrimenti modo, nec etiam demẽdum. Ad eundem modum balneo quoque vtũtur, alii ex aquis medii temperamenti, alii calidioribus, alii tepidioribus. Nam & experientia ad id tantùm probandum quod viſu ſæpe vſurpauit, quẽlibet impellit: † & præterea ratio, vtpote quam quiſq; abſolutam ſe habere putauit, vt ſuprà dictum eſt. Verùm quum vnũ tantùm laſsitudinis ſenſum traderet, reliquis (ceu non ſint) preteritis, eius tantummodo quam nouit, remediũ docuit. Ergo verum eſt, & quod laſsitudine laſsitudo ſoluitur, quum videlicet heſternis exercitationibus, pares poſtridie adhibendas videtur expediens. Et laſsitudinis medelam eſſe quie-

† *Hic locus in græcis cod. impreſsis eſt deprauatus, habet enim* ὅτι λόγος ὡς ἂν καὶ τέλειος ὑπάρχειν ἑκάστῳ *pro* ὅ, τε λόγος ὡς ἂν μὴ τέλειος

tem

tem quippe id conſilii, partim in iis quæ ex congeſtis excrementis laſsitudines conſiſtunt, ac præcipuè vbi in muſculis excremẽta hæſerunt, partim in iis, quæ tenſionis & phlegmones emphaſin præbẽt, vtile videtur Iam illud quoque verum eſt qui laſsitudine grauantur eos parcius eſſe nutriẽdos: id enim cõducere videtur ei, qui phlegmones ſenſum præfert. Verum præterea eſt, & conſuetudine eſſe nutriendum: id nanq; in vlceroſa laſsitudine, vbi rectè apotherapia ſunt vſi, fieri obſeruatũ eſt: ſicut etiam vberius cibãdum in affectu, quem ſimilem laſsitudinibus diximus, in quem ex vlceroſa quoq; nonnulli tranſeunt. Simili ratione & medii temperamenti aquis eſſe lauandum in his quæ ex redundantia ſuperuacuorum natæ ſunt, verum fateor: ſed nec illud verum negem, eiuſmodi aquis non eſſe vtendũ, nec in ea quæ phlegmones ſenſum præfert, quum tepidiores hæc deſideret: nec in his qui ſimilem laſsitudini affectum ſentiunt, hi nanque calidiores volunt. Sunt & qui eum affectum laſsitudinem eſſe putẽt: alii quinã affectus ſit, non dixerunt. In quibuſcunq; verò ſuſpicio futuræ laſsitudinis ſubeſt, ſuadent calidiore aqua in balneo vti, cauſamq; aſsignãt, ſicut ipſi ſuprà retulimus. Alii diſtributioni in corpus, alii nu-

ὑπάρχον ἑκάστῳ. vt vertendũ ſit, & præterea ratio vtpote quæ quũ cuiq; abſoluta non inſit, vnũ tãtũ laſsitudinũ affectũ oſtendens, atque reliquos, tanquam nõ ſint, præteriens, illius tantũ quẽ nouit, curationẽ edocet.

tritioni id genus balnei conducere dicẽtes. Non tamen rationẽ vllã afferũt,cuius gratia eiuſmodi diſtributione , & nutrimento prohiberi laſsitudo poſsit. Sed nec omnino qualis ſit ipſe laſsitudinis affectus, ſcribunt:nam maior eorũ pars nihil dixit. Qui verò dicere auſi ſunt , ſiccitatẽ eſſe definiuerunt. Ac quòd nutrimentũ ſiccitati medetur,præſertimq; humectans : quã tamen conditionẽ maior eorũ pars nõ adiecit,eſt ſanè veriſsimũ:cæterùm nec remedium id nec cautio laſsitudinum eſt.Sed quum (vti dictum eſt) mẽbra ſicciora ſunt facta,nulla tamen nec tẽſio ſubeſt,nec tenue, acreq; excrementum, nec phlegmone ſimilis affectus, reficere nutrimento humectante expedit , quæ exhauſto humore ſunt ſiccata: quando niſi abundè nutrias,& gracilius, & aridius quàm fuerat , poſtero die corpus cernes. Atq; hũc affectum nõnulli laſsitudinẽ rati,eum exiſtimant calidiore balneo, & pleniore cibo,ne incidat , prohiberi. Illud tamen quorundam,ſicuti etiã Theonis, demiror , ſi iam factam laſsitudinẽ ſimiliter ſanari non putant.Nam ſiue,quẽ modò memorauimus affectũ,velit quis eſſe laſsitudinẽ,nutrimento illum & ſoluere debet, & ne fiat prohibere : ſiue reliquorũ quẽuis eorũ,qui veræ laſsitudines ſunt, vtiq; par-

cius in omnibus hominē nutrire, & quum adhuc inſtant,& quum iam occupârunt. Illud enim dici non poteſt, talē ſaltem affectum, qui laſsitudinibus ſuccedit, niſi primo die per nutrimentum plenius corrigatur,in trium aliquā migrare ſolere. Nam ſi ipſa ſolum ſiccitas in eo viſitur,præter gracilitatem nihil ſequetur amplius:ſi verò caloris quoque quippiam ſimul adſit,iam febricitare metus eſt:verū non idem ſunt laſsitudo, & febris, tametſi maximè eorū,qui laſsitudinem ſenſerunt, nonnullos febris malè habuit. Sanè Theonem mirari ſubit, hæc in quarto de particularibus exercitiis, vbi de abſoluto exercitio agit,ſcribentem. Quum laſsitudo aliqua eos qui ita exercitati ſunt, poſtero deinceps die ferè ſequatur, ζεστολουσία, id eſt, feruentis aquæ lauatio,minus laſsitudini obnoxios reddit,ſumma corporis accendens, deinde ſic Græcè ſubiicit:ἵνα αὐτὴ σικύας τρόπον τὴν λαμβανομένην τροφὴν ἐπισπωμένη τοῖς κεκμηκόσιν ἀντιδιέληται νεύροις. Is enim,præter alia, veluti ænigma quoddā, verbum ἀντιδιέληται in contextu appoſuit:poſsis enim ita intelligere, quaſi ſumma corporis cucurbitæ more nutrimentum trahentia,partem aliquam eius neruis quoq; diſpenſet: poſsis & contrà, quaſi ſumma corporis cucurbitæ

modo, id quod ad neruos ferebatur, alimẽtũ ad ſe trahentia impertiant. Ita nimirũ vt priore intellectu ad eutrophiã, id eſt nutritionem, refectionemq́; neruorũ conducat excalfacta cutis. Quippe hãc arbitror eum per ἐπιφανείαν, id eſt ſumma corporis ſignificare, poſteriore verò ad ὀλιγοτροφίαν, id eſt parciorem nutritionem. Quantum itaque ex ipſis verbis licet accipere, mentem Theonis non comperias. Ex his verò quæ tum alibi, tum in † ſextodecimo gymnaſticũn ſcribit, minus nutrimenti poſt abſolutum illud exercitium dari cenſet: quãquam ne id quidem qua ratione inductus ſuadet, vſquam docuit. Datur enim minus quàm ex conſuetudine nutrimentũ, aut propterea quòd pari opus non eſt, aut quòd concoqui id non poſsit. At prius quidem in his qui plurimum ſe exercitarunt, verum non eſt: poſterius alibi verum, alibi certè falſum eſt. Si cui enim imbecillior concoquẽdi vis eſt, verum: ſin ſecus, falſum. Inaudiẽda verò concoquendi facultas eſt, † non ea modò quæ in ventriculo, aut venis, aut iecinore agitur, ſed etiam quæ in ſingulis particulis, veluti in iis, de quibus ſermo habetur, muſculis, in quibus vtique vel maximè affectus is, de quo diſputo, cõtinetur. Quippe largius inter exercitandum exhauſtiſ & im

† In veteri Græco cod. legitur ἐν τῷ τρίτῳ, id eſt in tertio.

† Mẽdosè legitur in Græco codi. Aldino ἀυτὴν pro ἐ τὴν.

imbecilliores,] & graciliores redduntur. Ergo ſi hæc leuiter his contingãt, vtiq; cõficere cuius indigent, nutrimentũ poterũt: ſin multum á natura receſſerint, non poterunt: quorũ Theon nullũ omnino neque intellexit, neque diſtinxit. Omnino enim non ratione aliqua, ſed experientia, ſicut ipſe fatetur, poſt abſolutũ illud exercitium calidiorem aquã vtilẽ eſſe obſeruauit. ſic enim deinceps ſcribit: [Illud verò ſiquidẽ rationem habet in promptu, fortunæ id beneficio ferendũ acceptum eſt: ſin minùs quod effecta reſtantur, id non admittendũ, licet quis †certã rationẽ ſimul ſe ſubiicientem non habeat.] Ergo ſi planè explorato affectu, in quo calidam laudat, cauſam fateretur ignorare, meritò dignus venia eſſet: verũ quum citra exceptionẽ, vtilem eſſe abſoluto exercitio ἀποθεραπείαν pronuntiat; ita enim hanc appellat: poſſunt autem alii quoque complures affectus id genus exercitationis excipere, accuſandus meritò eſt, quòd deinceps ſingulos nõ diſcreuerit. Ipſe nanq; nouit etiam quæ phlegmones ſenſum exhibet, huic exercitationi ſuperuenire: ſub qua nimirum in maiorem, quàm pro natura molẽ, attolluntur fatigatæ partes: etiam alteram, quam vnã ſcribit vtiq; generali ſymptomati attentus, quod

† In Græ. codi. impreſſis legitur ἐξ ἄκρου. Sed in veteri εὐκαίρου, id eſt opportunam.

incremento, non naturali eſt contrarium. Quippè graciliores, in reliquis duabus laſſitudinibus reddũtur, atq; etiã in eo † affectu de quo agitur. Cæterũ non queadmodum triũ affectuũ vnum ſymptoma cõmune eſt, ita & affectus vnus eſt. Ac in eo quidem qui ex neruoſarũ partiũ tentione conſiſtit, calidiore quàm ex conſuetudine lauari non oportet: ſimili ratione nec in iis quos excrementa excitârunt. In gracilitate verò quæ citra hæc conſiſtit, expedit calidiore aqua, quàm quæ mediocriter ſe habeat, lauari. Cõtrahitur nanq; hic affectus exhauſto vehemẽtius inter exercitãdũ corpore, eo modo quo in diutina fame accidere ſolet. Itaq; etiam ſic affectorũ refectio, in appoſitione, & quod detractũ eſt reponendo, cõſiſtit: id quod certè accidere, cute adhuc laxa, nequit. Cogere ergo hãc, dẽſareq; ac aſtringere prius oportebit, ſi qua plenioris nutrimenti expectanda eſt vtilitas. Sanè cogit clauditq; tũ frigida, tum feruens aqua. Verũ à frigida lædi hominem metus eſt, vtpote qui iã ex multa exercitatione, & laxior eſt redditus, & vacuus. Ex feruenti, vt noxa certè nulla, ita ſecura in cute dẽſitas paritur, ipſo, qui in ea derelinquitur, calore nonnihil etiam conferente. Vnde nec immorari in frigidã nimiũ debet,

† In veteri Græco codic. pro δὲ legitur τετάρτη, i. e. ſequitur to: fuit autẽ facilis lapſus vt pro δ' nota numeri quaternarij exſcriberetur δὲ.

bet qui ita eſt lauatus:ſed,veluti id ſaltem rectè à Theone obſeruatum eſt, cauere in frigida moram, vt quæ ſeru: tis lauationis cõmoda† fruſtretur. Sanè ita errare Theonem, vt quod vni affectioni conueniebat, omnibus quadrare præciperet; in cauſa erat corporum quę exercitabat habitus: ſiquidem athletas exercuit, qui ex abſoluto illo exercitio, ad quartũ erant affectũ opportuni; in tertium raro incidebant: Itaque quod ſæpe obſeruauerat, ceu perpetuũ prodidit. Quòd ſi aut vitioſi ſucci homines, aut mali habitus, aut laborũ inſuetos, aut imbecillos, aut minimè iuuenes exerçuiſſet, in eiuſmodi quidem rarò, in reliquos* verò affectus ſæpiſsimè incidere vidiſſet. An & hoc quoq; dicere fortaſſe eſt ſuper uacuũ, quũ ipſe quoque fateatur poſt præparatoriũ exercitiũ, feruenti eſſe balneo vtendum: id verò exercitationis genus ſolis athletis in vſu eſt. Atqui dicat aliquis illos ſpontè; & quodã circuitu, alios verò multos vel neceſsitate, vel vincẽdi ſtudio, vel propter alia id genus; eiuſmodi exercitationem ſuſcipere. Verũ hi ſaltem poſt immodicos labores, neceſſe eſt vel vnum, vel plures laſsitudinũ affectus prius contrahãt. Itaq; his duntaxat corporibus, qui bona habitudine ſunt, quartus affectus incidit

†In Græc. co. impreſſis legitur ἀναλούωσαν, id eſt reſoluat, ſed in veteri legitur, ἀμβλύνωσαν id eſt retardet.

*Mẽdoſè legitur in Græc. cod. Ald μηδὲν, pro μὲν δὲ.

cidit: cuiuſmodi ſunt tū athletarū, qui bene ſunt curati, tum propoſiti nūc in diſputatione iuuenis. Et quiſquis abſolutè pronuntiabit, poſt vehementiſsimas exercitationes, calidioris ſolii vſum eſſe idoneum: is vt in vno certè ſtatu verū affirmabit, ita in tribus planè falletur. Sunt verò per vniuerſam tuendæ valetudinis artem, & alia non pauca, quæ tum medici, tū gymnaſtæ falsò prodiderunt. Quorū vnū omnium caput eſt, confuſa, indiſcretaq; obſeruatio: dū quod in vnico quiſque notauit affectu, id multis tribuit. Quinetiā affectio quædam †eſt prædictis proxima; quam ipſe Græcè στέγνωσιν appello: de qua quum de laſsitudinibus diſputationē abſoluero, mox dicam. Simplices enim earū differentiæ tres ſunt, de quibus iam egimus: poſt has ex binis copulatis, aliæ fiunt tres: ab iis verò ſeptima eſt, vbi in vnū coëunt tres notæ. Remedii verò cōmune in omnibus conſiliū eſt, vt ei, quod ſuperat, ſis intentus; nec tamen quod reliquū eſt, planè cōtēnas: proprium verò ab ipſis mēbratim affectibus accipiēdum eſt. Ac vniuerſas quidem coniugationes percurrere, longū ſit: ſed quod ad claritatem ſit ſatis, vnico exēplo res peragetur. Si igitur & intumuiſſe muſculi cernūtur, & cōtuſi putantur: præterea vel vlceris

*In Græ. codi. anti. pro ἔτι legitur πέμπτα id eſt quinta, facilis autē fuit lapſus vt pro ε nota quinarij numeri exſcriberetur ἔτι. ita autem eſſe legendum cōfirmat locus, paulò ſuprà caſtigatus, vbi pro δ, legebatur δὶς.

ſen

ſenſus, vel †tēſionis] laſsitudo, vnà cum excrementoſa hominē malè habet, apotherapia vtendum, quæ vtrunq; reſpiciat, magis tamen id quod eſt maius. Non eſt autē in omnibus rebus vnius rationis ipſius maioris natura, ſed alibi pro viribus, & quaſi dignitate rei, alibi pro ipſius propria eſſentia ſpectāda. Ac dignitate quidē & viribus maior laſsitudo eſt, quæ phlegmones ſenſum præfert, quàm excrementoſa: vtraque tamen ipſarū, ſic propriæ ratione eſſentiæ, magna paruáq; eſſe poteſt, vt ſi ſola ſeorſum conſiſteret. Si igitur vtraq; pari interuallo à naturali habitu receſsit, quę phlegmone ſimilis eſt, præcipuam curationis ſolicitudinem ad ſe conuertet, vtpote dignitate pollens: ſin exiguè quæ phlegmonem, plurimúmq; vlceris ſenſum repreſentat à naturali habitu receſsit: æſtimandū num tantū ſuperet magnitudine vlceroſa, quantum quæ phlegmone ſimilis eſt viribus, an minùs, an magis, atque ita quod pollet explorare. Quòd ſi æqualiter pollētes videris, pari ſtudio eſt vtriq; cōſulendū. Atque hæc ratio perpetua ſit omniū coniugatorū affectuum. Sicuti verò laſsitudines ipſæ numero tres, ſi inuicem coniungas, quatuor cōiugationes efficiunt: ita ſane, ſi quartum his affectū adiungas, multò plures exiſtent.

†In veteri Græco di. legitur φλεγμονώδης, id eſt phlegmoni ſimilis, non τονώδης, vt in impreßis.

Quod

Quod dicimus, ex deſcriptione licet clarius intelligas. In ea primũ locũ vlceroſus habeto: ſecundũ, in quo tenſio eſt moleſta: tertiũ, qui phlegmone ſimilis eſt: quartum, gracilitatis, id eſt, in quo corpus emacuit. Ex his igitur, aut primus cum ſecundo coniungetur, aut cum tertio, aut cũ quarto, aut rurſus, ſecundus cum tertio, vel quarto, aut deniq; tertius cum quarto: ita nimirum vt ex binis cõiunctis affectibus, ſex in vniuerſum complexiones oriantur. Rurſus quum tres vnà miſcueris, quatuor aliæ fiunt. Nã aut primũ iunxeris cum ſecundo & tertio, aut cum ſecundo & quarto, aut cũ tertio & quarto: aut rurſus, ſecundum cum tertio & quarto Poſtremà omnium complexionum erit, vbi quatuor ſimul coïerint, ita vt vndecim numero in totũ fiant. Erant verò & ſimplices quatuor, efficiuntur itaq; in vniuerſum quindecim. Simplices affectus. Vlceroſus

A. Tenſionis B. In quo plegmones ſenſus eſt, C. Gracilitatis D. Compoſiti. A B. A C. A D. B C. B D. C D. A B C. A B D. A C D. B C D. A B C D.

Quod ſi præterea occluſæ cutis (στέγνωσιν Græcè voco) differẽtias, tum ſecũ tum verò cũ his quindecim cõplicueris, alias rurſus cõplexiones effeceris plurimas. Si ve-

rò eos quoq; corporis ſtatus,qui aut à cruditate aut venere, aut deuſtione, aut vigilia,aut †dolore incidunt,adiunxeris,ne numero quidē vniuerſas facilè complectare. Prætereà nūc,quæ vel plethoras,id eſt ſuccorum æquabiliter ſe habētium redundātiā,vel cacochymias,id eſt vitioſi ſucci copiam,vel aſtricti,vel lubrici vētris,vel vomitus, vel grauati capitis, vel partis cuiuſquā alterius,vel in ſumma quicūq; in ſymptomate aliquo affectus conſiſtunt,dicetur enim pòſt de eiuſmodi omnibus.Nunc verò idcirco eorū maximè memini,vt cōplexionū multitudinē , quanta eſſet indicarē. Mirari enim licet eos,qui de ſyndrome, id eſt concurſu horum vel curationē, vel euētorum prædictionem,obſeruaſſe ſe prędicant.Vnica nanque ratione & præſagire,& cōmodè mederi fas eſt:vtiq; ſicut Hippocrates docuit, vbi ſimplicis cuiuſque negotii ſciendam vim eſſe cenſebat , veluti ipſe nunc in quatuor affectibus præmonſtraui. Vnuſquiſq; enim ſi per ſe conſiſtat ſimplex remediū exiget:ſin alteri ſit coniūctus, pro ea methodo , quā paulò ſuprà de omnibus coniunctis affectibus præſcripſimus,[corrigetur.] Ergo quum hæc †ita ſe habeant, redeundū rurſus ad ſimplices affectus eſt: quorum à iam dictis proximi erant quos

ſteg

† *λύπαις, i. eſt, triſtitia.*

† *Mendosè legitur in Græc. cod. impreſſis. τοῦ τ' ἐστιν pro τοῦ τ' ἔχειν.*

ſtegnoſis excitabat: voco ita meatuũ cutis vitiũ, quo tranſmittere ſuperuacua prohibetur. Incidit is affectus, aut obſtructis meatibus, aut denſatis. Sanè denſationem eiuſmodi *μύσιν* Græci, id eſt conniuentiam appellant. Ac obſtructio quidem ex lentis, craſsiſq́; excrementis oritur, quũ cõfertim ad cutim ruunt: denſitas, tum ab iis quæ aſtringunt, tũ quę refrigerant. Verũ obſtrui propoſiti nobis corporis cutis, ſi ad pręſcriptam rationẽ ritè agatur, non poteſt: denſari certè aliquando poteſt, tum ex valido frigore, tum aluminoſo balneo. Fieri autẽ poteſt, vt & poſt balneũ, ſudorémve, atque aliã alioqui ob cauſam, laxata prius cute, auræ flatus incidens obſtructionem quampiam, denſationemq́; efficiat. Ac deprehenditur quidem iam dictus affectus, protinus vbi ſe exuerint, ex colore albo, & cutis tum duritie, tũ denſitate. In ipſa verò exercitatione, ex eo quòd ægrè incaleſcant: quando nec, vt prius, æquè ſudant, nec bonũ colorẽ in ſumma cute oſtendunt. Imò ſi quis eos valentiore exercitatione iniuncta, ſudoris quippiam emittere cogat, & minor hic quàm ex conſuetudine, & frigidior exit, minusq́; halitui ſimilis. Remediũ huius affectus calefactio eſt, quippe ea frigiditati cõtraria eſt. Valentiore ergo exercitatione,

ac balneo calidiore vtendum. Magis quoq; ad rem pertinebit, ſi in prima domo pinguiter in oleo volutetur. Eſto verò oleum ex eo genere, quod relaxet, cuiuſmodi eſt in Italia Sabinum: quod vtiq; ad eiuſmodi affectus etiam eſt vtilius, ſi bimum, trimúmve ſit, id nanq; tum tenuius, tum calidius fuerit. Mora verò in frigido ſolio diuturna ne ſit, ſed nec aqua ipſa frigida. Induendi verò vngantur aliquo quod mediocriter calefaciat. Oleis quidem, ex iis quæ in Aegypto habentur, cicino & raphanino: in reliquo verò orbe dulci, tenui, ac modicè antiquo. Vnguentis verò, ſuſino, gleucino, irino, amaricino, & † cõmacino, atq; ex his gleucinum quidẽ prorſus acopum eſt, ac relaxans: itaq; etiã iis, quos vehemens laſsitudo infeſtat, eſt vtile: paulò hoc calidius, magisq; relaxans, ſuſinum eſt. Irinum verò & amaracinum, & commacinum, etiã ſuſino calefacere potentiora iis affectibus, qui propriè frigiditates dicuntur, ſunt idonea. Cutis tamen denſitati ſanandæ etiã anethinum eſt ſatis: maximè ſi ex viridi anetho fiat. Facit autem & ad tales affectus, ſicuti etiã ad vehemẽtes laſsitudines, & acopum quod ex abietis ſemine componitur: id quemadmodum præparandum ſit, pòſt dicetur. Nunc enim vel hæc

mi

† In veteri cod. legitur κομμαγινῶ, id eſt, cõmagino, & ita omnino eſt legẽdum.

mihi ſupra iuſtum appoſuiſſe videor:ſiquidem qui optimo eſt corporis ſtatu,& liberam delegit vitam,nec in ea quicquam delinquit,& cui peritiſsimus tuendæ ſanitatis artifex præficitur , in hunc veriſimile eſt morboſos affectus non admodũ incidere. Redeamus itaque ad penſum denuo , relictisque vſtione, refrigeratione, cruditate, ventris profluuio, reliquis id genus : ſatius enim eſt in vnũ ea volumẽ coniicere,quod de morboſis ſymptomatis inſcribemus : in præſenti de iis,quæ poſt venerem adhibentur exercitiis, diſſeramus:quippe quum de his parum conueniat, aliis ita exercitandũ ab hac putantibus, vt in exercitatione quæ apotherapia dicitur, aliis vt in præparatoria. Eſto verò præparatoria exercitatio,nec in quantitate laborum intra modum, & in qualitate ipſa incitatior, ac celerior. Atqui apotherapeutica quidẽ vtendũ cẽſent,hi ſicuti in fatigatis,tũ vires diminutas, tũ corporis ſiccitatẽ ſuſpectas habẽt:quorũ vtrũque & à concubitu,& ab immodica exercitatione ſentimus.Qui verò præparatoriam adhibendã volunt,hi raritatem, atq; ad ſudores promptitudinẽ præcauent quæ apotherapeutica intendi,è diuerſo præparatoria emendari putant , ipſe laudatis vtriſq;, putant , ipſe laudatis vtriſq;, propterea quòd veritatẽ ex parte viderũt,

ſent

ſententias eorũ in idem conferã. Nam & inſtaurãdas vires eſſe,& laxitatẽ cogendã, nec ſiccitatem adaugẽdam fatẽtur vtriq;. Vna diſcretio deſideratur in vtriſq;, veluti & in cõpoſitis omnibus affectibus ſuprà à nobis eſt dictum,& nunc nihilominus dicetur. Quũ enim in idẽ varii affectus coïerunt, hi ſi vnam medendi rationẽ indicẽt, vtiq; intendi magis rationẽ eã conueniet, quàm ſi ſinguli ſeorſum cõſiſterẽt:ſin contrarii ſint, is qui vincit affectus prius eſt corrigẽdus, ita tamen ne reliquũ omnino negligas.At qui vel propter ætatẽ, vel etiã alia ratione imbecilles concubuere, in his virium infirmitas neceſſe eſt ſuperet. Qui verò firmiores, & iuuenes (veluti qui nũc eſt propoſitus) horũ habitus corporis in raritatẽ magis,quàm vires in imbecillitatem mutatur.Itaq; etiã corrigũtur hi,nõ per ea quæ corpus relaxant: qualis eſt exercitatio quæ apotherapia dicitur:ſed per ea quæ cogunt;ac cõtrahũt, qualis eſt præparatoria, †proindeq; hac vtendũ,] quãdoquidem ea nõ ſolùm motus tum celeritate, tũ robore calorẽ excitat,ſed etiã habitũ cogit, ac cõſtringit. Illud quoque fatentur gymnaſtæ oẽs,ipſa profectò experientia edocti,hanc vnam exercitationẽ mederi raritati poſſe: itaque nulla planè ad propoſitum affectũ

†In Græ. codi. impreſſis deſunt hæc, ἢ δὲ δὴ καὶ ψύξις ἐν τοῖς ἀφροδισίοις ἐγγίνεται σώματι. vt locus ita ſit vertẽdus: Si verò ad huc & refrigeratio in re venerea corporibus accidat, et tũc vtiq; præparatoria exercitatione pariter eſt vtẽdum.

vtilior eſt.Si verò anni tempus non diſſuadeat, nec à frigido balneo abſtinendũ eſſe cenſeo. Cibus in modo quidẽ dabitur minor,in qualitate verò humidior,vt tũ probè cõcoquatur,tum ſiccitas,quæ ex venere cõtracta eſt,corrigatur.Debet verò nec frigido tẽperamento eſſe, ſed vel medio, vel calidiore. Nam quoniã corpus à venere & laxius,& frigidius, & imbecillius, & ſiccius eſt effectũ:debẽt planæ quæ denſent,& calefaciãt,& vires reparent, adhiberi,atq; ad hæc ſtudiũ omne impendi. Cęterùm quòd efficere hæc venus poſsit,id docere ad præſentem diſputationem nõ pertinet, in qua propoſitũ eſt, quẽadmodũ optimũ corpus quàm cõmodiſsimè poſt veneris vſum exercitetur,oſtendere. Quod ſanè commodè fieri nõ potuit, niſi prius tradito, cuiuſmodi affectus ſit, qui ſuccedere in corpore à venere ſolet.Verũ nũc id cõcedi nobis poſtulamus. In ſequẽtibus cũ euidẽti demonſtratione dicetur, tũ quæ veneris facultas ſit,tũ prorſus vtẽda ſit,nec ne:tũ quæ'nã ex ea cõmoda incõmodaq; pro corporum ſtatu,& temporis anni ratione & loco,& aliis id genus,quæ vtiq; determinare præterea oportebit,eueniunt. Poſt venerẽ ergo ſpecies exercitationis ea eſto, quã præparatoriam vocant. Poſt vigilias autem & triſti-

tiam, vel ambas, quæ apotherapia dicitur, exercitatio idonea eſt ſi tamen cruditas abſit. Nam ſi qua cruditas ſubeſt, omnino exercitandũ nõ eſt. Quòd autẽ poſt triſtitiam, & vigilias, iam dicta exercitatio ad rem pertineat, etiã vſus ipſe oſtẽdit: quum ab alia qualibet, non ſolùm lædi cernũtur, ſed etiam imperantes ſi fortè dolor adhuc angit, parũ æquo animo ferre. Idem ratio ipſa cõfirmat, nõ minus quàm vſus: nã quoniam à vigiliis, & triſtitia, magisq́; aridi, ac minus dicto audientes planè cernũtur, ſiccius exiſtimãdã eſt, his redditũ eſſe corpus. Eiuſmodi verò affectus, partim molli frictione cu multo oleo, partim tẽperato balneo ſanãtur, partim agitatione, ſed quæ & tarda ſit & citra valẽtiorẽ nixũ, ac quæ ſub inde quietẽ interponat: Is verò apotherapeutici exercitii modus erat. Ad eũdẽ modũ eæ quæ ab ira, † vel potiõis penuria ſiccitates fiũt, corrigẽdæ ſunt. Contraria propẽſus à iã dictis ratione humiditates* emẽdare cõueniet: ſiue hæ nimię potiõis, ſiue alia quauis occaſiõe inciderint: qppe ſtudiũ in his ad ſiccationẽ dirigitur. Verùm ea cõis omniũ ratio eſt: mẽbratim enim vnicuiq; differẽtiæ ſua eſt. Igitur ſi ex lõgiore deſidia, & humectãtis alimẽti ĩmodico intẽpeſtiuoq́; vſu, cõtracta humiditas eſt, lõgiore reme

† In veteri Græ.codi. legitur ἢ δι' ἔνδειαν ποτὲ γιγνομένας ξηρότητας. i. ob inediam quandoque fiunt ſiccitates.

* Δι' ἔδεσμα legitur in Græc.cod. impreſſo, κατὰ ἴασιν, pro κατὰ τὴν ἕξιν. i. habitus certi proprii.

remedio eſt opus:ſin ex liberaliore potiōe quæ pridie ſit hauſta, citra vllū capitis, aut oris vētris affectū conſtiterit, eā vel vnico die perſanes licet: ſi ſicca frictiōe largius, & exercitatiōe veloci, & parciori potione, & ſicciore cibo vtare. Quippe quæ immodicæ ex vini potiōe humiditates cōſiſtūt, ſi ex ea re noxa capiti, aut ori vētris cōicata eſt, de iis agi hoc loco opus nō eſt: dicetur enī de ipſis quū de morboſis ſymptomatis tractabitur. Quæ verò humiditas ex diutina admodū deſidia naſcit̃, hęc in propoſitū corpis ſtatū oīno nō cadat ęquè: vt nec ea, quæ ex humectātis natura cibi copia gignitur, quales fructuū autūnaliū plurimi ſunt, itēq; olerū, quæ vtiq; acria non ſunt: ſiquādo tamē acciderint, ſemel & cōfertim corrigi nō poſſunt. Nā ſi eatenus ſe fatigabit homo dū habitū abūdè ſiccet, in laſsitudinem incidet, ac febricabit omnino diaria febri. Quòd ſi vitioſæ præterea humiditates fuerint, etiā febri, quæ in plures extēdatur dies. Tēpore verò ſanari poſſunt, vt pòſt dicemus, vbi vitioſas intemperies vertere in melius docebimus: q̃ppe ſimilis prouidētia acquiſititii affectus eſt, & naturalis intemperamēti: quare † nunc] de ipſis diſſerere non oportet. Reliquum igitur eſt, vt de matutina, veſpertinaq; frictio

† Mědos è legitur in Græc. cod. impreſsis τὸ, ἄναι, pro τὸ νῦν

ne agamus,non ad eum tamen modū quo Quintū reſpondiſſe dicunt,quū percontanti gymnaſtæ, quā vnctio vim haberet, reſpondit,veſtis ſubmouēdæ. Iiſdē enim quibus nunc vſus ſum verbis,tū gymnaſtē rogaſſe,tum Quintum reſpondiſſe ferunt. Simile Quinti apophthegma eſt , & quod de vrinis circūfertur,nempe eas noſſe,ad*pictorē pertinere. Etiā illud quod de calido, frigido, humido, & ſicco aiunt, vtiq;†balnearum ea eſſe noīa,quæ ipſe ſanè nemini vel Theſſali affectatorum impunè dicere, nedū Quinto permiſerim : q̃ppe ſcurrarū eiuſmodi facetiæ ſunt, haudquaquā hominis tā grauē artē profitētis.Satius igitur ſit in propoſito iuuene , ad hūc modū de matutina frictiōe differere. Is nāq; aut ex ſomno aliq̃d de quo q̃ri poſsit non ſentit,aut laſsitudine grauatur aliqua,aut alia quapiā affectione offenditur earū,de quibus pauloantè , ac ſtatim poſt laſsitudinis affectus hactenus differui. Ac ſi de nulla q̃dē re cōqueritur, ſuperuacuū eſt eū aut fricare, aut vngere: niſi ſi qñ ingēti frigori occurrēdū videtur:tū nāq; veluti q̃ frigida ſunt vſuri, ſic eos quoq; frictiōe præparabimus.Si verò † laſsitudinis ſenſus vllus appareat , iam dictū eſt hominē tū & vngēdū eſſe,& molliter fricandū.Simili ratione ſi ſiccior iuſtò

*Mendosè legitur in Græc.cod. impreſsis γράφεως, pro γνάφεως, id eſt, fullonis, vt legitur in veteri.

†In veteri legitur non βαλανείων, ſed βαλανέων i. balneatorum.

†Mendoſè legitur in Græc.cod. impreſsis, ἐκκόπτος pro ἐκκοπώδους.

ſt, vngendus dulci oleo eſt: nã id ſicca corpora humectat, fricãduſq; vt omnino parciſsimè, ita nec duriter nec molliter eſt. Quippe ſuccurrere digeſtioni in corpus oportet, non cutis carníſve habitũ mutare, neq; etiã, quod in his cõtinetur, quicquam educere: quorũ mollis vtrũque dura alterũ facit. Si quidẽ hæc cutẽ dẽſat, durátq;: mollis per halitũ euócat, ac corpus laxũ molleq; efficit. Verũ cutis dẽſitatẽ corrigere ſi ſtudes, vtiq; ei quæ ex duris, tũ frictione, tũ *pertractatione, prętereà vehemẽti exercitatione, & multo puluere orta eſt, mollis frictio cũ copioſo & dulci oleo medetur. Quæ verò contracta ex frigore eſt, eã primũ frictione ſicca ac celeri, deinde cũ oleo adhibito calefaciẽtes, naturæ ſuæ reſtituemus. Laxitatẽ verò, quæ frequens balneũ, & mollẽ frictionẽ, & veneris vſum conſecuta eſt, paucula frictione, primùm quidẽ ſicca, deinde cũ oleo quopiã eorũ quę aſtringãt, ſanaueris. Humiditatẽ verò, quæ nimię potioni ſucceſsit, ſicca frictio, & cũ linteo administrata, vel cũ manica, quã χειρίδα græcè vocant, interdũ etiã ſolis manibus, idq; vel citra oẽ pingue, vel †cum eo planè exiguo] corrigit. Sit autẽ, & quo per halitum euocet, oleũ ipſum dulce, omniſq; aſtringẽtis facultatis expers: atq; ita quidẽ ſe habet

*Quidam hoc in loco mẽdosè legũ: pertractione, in Græ. enim legitur βλάβαις pro λάβαις. vide quæ annotauimus ſuprà in pagin. 398.

†In Græco veteri codi. legitur σὺν ἐλαχίστῳ τινὶ ἐλαίῳ id eſt cum oleo quopiam exiguo.

bet matutina frictio. Veſptina verò iis vtilis eſt quos vel laſsitudo valida premit, vel ſiccitas male habet, vel atrophia macerat: ita vocant Græci, quũ corpus ex alimento fructũ non ſentit. Verũ atrophias ſymptoma nũc præſertim ſeponatur, vnà cũ reliquis morboſis ſymptomatis, quæ pòſt tractabũtur. In propoſita verò natura, quum vel valida laſsitudo, vel immodica ſiccitas corpus afficit, prãdiũ minus eſto, tũ ab eo ad cœnã lõgius interponatur tẽpus. Plurimũ quieſcat, exiguũ tamẽ quippiã inambulet, quo cibus per erectã agitationẽ concuſſus ſubſidat. Vtilius etiã ſit, ſi & aluum exonerare poſsit: his etenim probè peractis, ſecurus oleo dulci frices, vẽtrẽ tamen omnino nõ cõtinges, quũ alioqui periculum ſit, ne & cibũ deterius cõcoquat, & ſuccus quiſpiã ex eo ſemicrudus in corpus digeratur, & caput turbetur, & ſtomachus ſubuertatur. Optimũ igitur fuerit omnino ventrẽ nõ attingere. Quòd ſi in muſculis ei vicinis, vel laſsitudinis ſenſus aliquis, vel ſiccitas appareat maior, vngi debebũt mediocriter, & blãdè, & ſuſpẽſa manu. Ac ſi cauſas quiſpiam eorũ quæ diximus reddi ſibi cupit, proximũ librũ legat, in quo de morboſis ſymptomatis agemus: nam hũc mihi videor ſatis hactenus extendiſſe.

CLAVDII GALENI DE SANITATE TVENDA LIB. QVARTVS, THOMA LINACRO ANGLO INTERPRETE.

Quæ in quarto libro de tuenda ſanitate habentur.

Eandem eſſe rationem vitandæ laßitudinis, & ſummouendæ.

Vnde ſingula triũ laßitudinis ſpecierũ proueniat.

De vlceroſo ſenſu falſam quorundam opinionem impugnat.

Vlceroſæ laßitudinis curatio ex prauorum humorum redundantia.

Dignoſcendi mali ſucci notæ.

Quæ ex ſudore, quæ ex ipſa vrina liceat dignoſcere.

Regula mittendo ſanguini obſeruanda, ex ipſa exuperantia humoris cognitione.

De cibis & medicamentis quæ hiſce laßitudinibus conueniant plura diſſerit.

Curatio vlceroſæ laßitudinis, ſi adſit crudorum humo

humorum redundantia.
Curatio miſta duarum laßitudinum.
De laßitudinis tenſiuæ curatione.
De laßitudinis phlegmonoſæ curatione.

QVOD plerique omnes recentiũ medicorum faciunt, qui dũ tempus ſophiſtarum cauillationibus terunt, quod maximè neceſſariũ eſt, aut leuiter tantùm attingunt, aut prorſus omittunt, id ipſe non faciam: ſed (quod ab initio inſtitui) ei quod neceſſariũ duxi inſiſtens, quæ logicam magis ſpeculationem habent, in aliud tempus differã. Statim enim de morboſis ſymptomatis, de quibus hoc libro diſſerere ſtatui, non leuis quæſtio oritur, eáne ad valetudinis tuendæ artem ſpectent, an ad eam quæ medendi rationem præſcribit, an harum neutrã, ſed tertiam quandam, quam nonnulli †mediam] ſtatuunt, neutramq; appellant. Ego haud ignarus, ſiue quis in ſanitatis tuendæ, ſiue etiam medendi arte, eorum meminerit, fore vt æquè à cauillatoribus ſuggilletur, illud quoque intelligens, etiã ſi quis tertiam tractationem his dicet, de neutris eam affectionibus inſcribens, vel magis irriſuros, cõtumelioſosq; futuros, prætereà quæſituros de maribus & fœminis in quónam opere præcipiam, in hoc volumine

† *Μέσην ὑγιείας τε καὶ νόσου. id eſt mediam ſanitatis, & morbi.*

ne de iis agere potiſsimùm elegi. Si enim fieri nequit vt ſophiſtarum nugamẽta deuitem, atqui hac ratione minus erunt importuni, vtique ſic faciens, melius conſuluiſſe videbor. Huc accedit, quòd ex ſpeculatione ipſa, magis intelligetur ipſa doctrinæ communio, ſi quis illa, quæ dicentur, attẽtius leget: ea hinc ingrediar. Artis quæ valetudinem tuetur, non leuis portio eſt ea, quæ de exercitatiõe præcipit: huius rurſus non exigua pars eſt, quæ laſsitudines præcauet: porrò monſtratum in ſuperioribus eſt, ſimilem rationem eſſe inſtantis laſſitudinis cauendæ, & eius, quæ iam occupauit, ſubmouendæ. Ergo nõ alibi quemadmodum hãc futuram vites, alibi quemadmodũ iam vrgentem corrigas, tractandũ eſt. Atq; hac quidẽ de cauſa in proximo libro, qui totius operis tertius eſt, de laſsitudine quæ exercitationi ſuperuenit, diſputatum erat, ſimul habita mẽtione de ſimilibus affectibus, quorum alioqui exercitationes maximè ſequebãtur. Nunc primum quidem de his, prout citra exercitationem incidunt, agemus: ſecũdo loco de illis, quæ ſimilitudinem quandam cum his habent. Ac quæ immodicas quidem exercitatiões laſsitudo excipit, ſanorum ſymptoma eſt: quę verò ſine his cõſiſtit, morboſum. Itaq;

& ab Hippocrate dictum cōmodiſsimè videtur, [Laſsitudines ſpōte natę morbos nū tiant.] Atq; vlceroſus quidem ſenſus ſymptoma laſsitudinis eſt. Cauſa verò vnde ea naſcitur, affectus laſsitudinis eſt. Porrò huius rurſum ipſius cauſa bifariam ſcinditur: Aut enim intra ipſum animalis continetur corpus, vocantque græcè προηγουμένην: aut omnino nō ineſt, vocantq; προκαταρκτικήν. [Nos illam internam, hāc externam, non incommodè vocemus.] Itaque tria in vniuerſum genera ſunt, de quibus habēdus ſermo eſt, ipſius laſsitudinis ſymptoma affectus vnde hoc oritur, & affectus ipſius cauſa. Cuiuſque verò horum ſpecies quædam differentes ſunt: cauſarum (vt modò diximus) externa & interna: affectus, vt in præcedēte libro docuimus, is qui vlceris, & qui tenſionis, & qui phlegmones ſenſum inuehit: ſymptomatis verò, ipſi tres ſenſus [neq; pauciores verò:] neq; plures his differētias veras ſaltem nominare poſsis. Qui igitur vlceris ſenſum facit (incipiendum enim ab hoc eſt) motis quidē grauē excitat ſenſum, ceu corpus vlceretur: idq; vel circa cutim tantū, vtiq; quum eſt moderatior: vel circa ſubiectam illi carnē, quū eſt valentior: vel circa vtrāq; quū adhuc eſt atrocior. Atque hoc quidē eſt laſsitudinis ſymptoma. Affectio

Nō eſt in Græcis

ctio verò ex qua id naſcitur, acrimonia eſt tenuis,& calidi humoris, q corpus erodit, ſtimulat, ac pungit. Oritur hæc aliquando ex immodico motu, vt in proximo libro oſtendimus: aliquãdo ex vitioſo ſucco, qui imprudẽtibus nobis in corpore ſuccreuit. Tales verò laſsitudines, ſpõtaneas Hippocrates appellat. Alterũ verò laſsitudinis genus (nẽpe in quo tẽſio ſentitur) quoties ſua ſpõte incidit, plethoris ſuperuenit: quippe tenduntur † ex hac ſolidæ animalis partes, præcipuè in quibus ſucci cõtinẽtur. Tertiũ laſsitudinis genus quod phlegmones ſenſum affert, ex ambobus oritur, tum nimia boni ſucci abundãtia, tum prędicto vitioſo ſucco. Nõ enim quæuis mali ſucci ſpecies, ſed tantùm in qua rodens acrimonia cõtinetur, vlceroſam laſsitudinẽ creat: ſed nec eiuſmodi quidẽ ſuccus, dum in venis cum ſanguine miſcetur. Latet enim tũ eius vis: vtpote trãſfluentis, & à ſanguinis bonitate ſuperati. Verùm quũ ab his trãſlatus in carnibus,& ad cutem ſolus hæret, vlceroſum † ſenſum tũc ingerit. Qui verò ex abũdantia naſci hanc laſsitudinẽ putant, ſanè fal-luntur: nam neq; ex ea copia, quã plethorã dicimus (hæc enim eam, quæ de tenſione quæritur, gignit) neq; ex ea, quæ vires prægrauat. Nõ enim eroſio aut * vlceris phanta

Aldi. ἐν ταύταις, id eſt, in his.

† *διάθεσίν τε καὶ αἴσθησιν, id eſt affectũ et ſenſum.*

* *ἑλκώδης αἴσθησις. i. vlceris ſenſus.*

taſia, ſed vel grauitas, & ad motiones ſegnitia, talis ſunt abundantiæ ſymptomata, vtiq; dum ad animales collata vires, eas ſuperans premit, vel pulſus quædam vitia, ſi quãdo vitalẽ vrget, de quibus dictũ abũdè eſt in iis, quæ de pulſu ſcripſimus, æquè vt in libro quẽ de abũdantia ſcripſimus, etiã notas, & naturaliũ virium quũ premũtur, & reliquarum ambarum, tradidimus. Non eſt igitur abundantia, eius laſsitudinis, quæ vlceris ſenſum præfert, cauſa, imò humorũ, qui in cute & carne cõtinentur, acrimonia: hæc enim vt quieta ſenſum latet, ſic agitata protinus ſentitur. Motus huic laſſitudini primus, ac plurimus propriis quibuſdã rãtionibus accedit, quas mox dicemus. Alter ex incidenti ſcilicet, quũ nobis partẽ aliquam, aut etiã totũ corpus mouere volẽtibus, cum hoc humores qui in ipſo cõtinẽtur, ſimul mouemus. Verùm hic minimus eſt motus, & laſsitudinis duntaxat ſenſum infert, vehemẽtior rigorẽ excitat. [Appello nũc rigorẽ nec illum vehementis frigoris ſenſum, nec duritiem, ſed inæqualẽ totius corporis concuſſum, & turbationẽ.] medius verò inter vtrunq; horrorẽ inducit. Quod autẽ nihil obſtet, etiã ſi calida cauſa ſit, quò minus rigorẽ horroremq; excitet, in iis, quę de ſymptomatum

[Hæc in Græc cod. non habẽtur, neque videntur adijciẽda.

cau

cauſis ſcripſimus, oſtenſum eſt: nunc ſatis fuerit, ſummas tātū eorū, quæ illic prodidimus, ad præſentē diſputationē, quaſi baſim ſubiicere. Quum in ſenſibili corpore ſuccreuit excremētū mordax; duplici id ratione ad motū incitatur: vna, quum à ſenſibili ipſo corpore impellitur, vtpote quod repellendi alieni vim obtinet: altera, quū vehementiore motu agitur, id quod tum ab exercitando, *tū frictione, tum balneo] conquirit. Ergo quæ ſubcalida & putrida excremēta ſunt, vbi vehementius mouētur, nō horrorē modò rigorēve (qualē diximus) afferunt, ſed etiā febrem accēdunt. At quæ frigida ſunt; & ex partibus tenuibus conſtāt, ea horrorē quidē rigoremq; creāt, nō tamen febrē excitant: porrò vim quādam vtriuſq; congeſtam eſſe oportet, ſi hæc fecerint. Quæ verò aut planè exigua in ſenſibilibus corporibus excrementa mordacia, aut multa illa quidē, ſed tamē non planè adhuc mordacia ſubhæſerunt, hæc vlcerosam laſsitudinē faciunt. De quibus vtiq; hoc libro nobis eſt agendum, quando quæ febrem accendunt, ea ad medendi artem ſpectant. Sanatio vtriuſque generis partim cōmunia curationis amborū conſilia recipit, partim vtriuſque propria: dicetur verò prius quæ communis ſanatio eſt. Oportet igi

**Locus in Græc. cod. impreſ. eſt diminutus. Interpres autē ne ſententiā relinqueret mutilatā hæc pauca adiecit, quorū loco hæc habentur in veteri Græc. cod. καὶ θυμοῦ, ἢ καὶ τῆς ἐκ τοῦ περιέχοντος θερμασίας. i. & ex ira, tū ex ambiētis caliditate.*

igitur excrementum ſiue calidum id ſit, ſiue frigidũ, ipſum aut expellas, aut certè alteres. Recipit verò non omne excrementũ alteratione͂ à natura: ſi quide͂ nec omnis cibus in cuiuſuis animantis ventre concoquitur: ſed cognatio quædam ei quod concoquit, cum eo, quod concoquitur, eſſe debet. Quod igitur omnino alienum eſt, nulla fieri ratione poteſt, vt id naturæ ſuæ gratiam recipiat, ſed educere id quamprimùm eſt tentandum: æquè certè vt quæ in ventre corrupta prorſus ſunt, ea vel vomitione, vel deiectione expelli profectò eſt optimum. Non tamen perinde promptum eſt in carne, atque aliis corporibus imbibitum vitioſum ſuccum educere: vt qui in eis, quorum ſenſibilis capacitas eſt, continetur. Interdum nec ipſa laborantis natura, medicamentum quod malum ſuccum maturè vacuet, admittit: Sicuti interdum & alius quiſpiam affectus obſtat, qui talem educendi rationem reſpuat. De quibus mox dicam, ſi prius quod reliquum erat, in ſuperius poſita diuiſione, adiecero. Quippe quæ communiter ſpectant, qui excrementorum vitiis medentur, ea iam diximus vacuationem, alterationemque eſſe: †propria verò vtriuſque generis nunc adiiciamus.] Neque enim vna tantùm ratio

†In Græc. codic. impreßis legitur ἰδίως δι' ἑκατέρων προελθόντων ἡμῶν, ſed in veteri habetur ἴδιος δ' ἑκάτερος ἐν τῇ τροπῇ ἐστιν. i. propria autē vtraq; in mutatione eſt.

tione educendū, alterandúmve eſt: ſed explorata quæ* ei quod affligit, maximè ſit accōmodata, ei eſt inſiſtēdum. Ea verò (vt in ſumma cōplectar) ratio eſt, quę ex contrario opē molitur: priuatim verò quæ ex cuiuſque contrario. Et ſummæ quidem totius rei, hæ ſunt quæ latius tamē nobis nūc explicandæ ſunt, vnà cum ſua cuiuſq; euidenti demonſtratione: idq́; ab vlceroſo affectu orſis. Quoniā igitur eiuſmodi laſsitudo vitio acrium excremētorum oritur, ante omnia conſiderandū eſt in ſolidis'ne tātum corporibus, an intra venarum ſinus malus ſuccus contineatur. De iis verò quæ intra venas ſunt, nullum planè nec manifeſtum, nec euidens ſignum habemus, pręter ſolam vrinam: coniicere tamē ex his licet. Primùm æſtimabimus quónā, qui affligitur, vſus ſit victu: ſecundò ſolitúsne ſit malum ſuccum naturæ ſponte congerere: ad hæc, an naturalis aliqua, & conſueta excretio iam deſierit: quartò an exercitatione †purgatione per vomitum, aluúmve] aut vſu aquarum ſponte naſcentium ſoliti ſuperuacua expellere, id intermiſerint. Atq; in victu quidem videndum, an cruditas & crebrior, & maior, quàm ex conſuetudine præceſſerit: an mali ſucci cibis copioſè ſe impleuerint: an vinum pro antiquo muſtū, pro-

*Mēdoſè legitur in Græc. cod. impreſſis τῷ λοιπῷ pro τῷ λυποῦντ@.

†In Græ. legitur, ἢ καθάρσεσιν ἢ ἐμέτοις, ἢ αἰωρήσεσιν. i. aut purgationibus, aut vomitibus, aut geſtationibus.

pro tenui craſſum, an* aqua marina miſtũ biberint: an etiã prorſus à vino ſe ad aquæ potionẽ tranſtulerint: nec ſemel, bis ve in quolibet horũ peccauerint: ſed aſsiduè bonoq; tempore. Secundò, ſicuti diximus, æſtimandum, num ex eorũ numero qui facilè malum ſuccum congerunt, laſſatus ipſe ſit. Deprehendas, id percontatus an ſcabie, aut lepra, aut vitiligine, aut pruritu crebro ſit affectus. Item an eryſipelas, aut herpes, aut elephantiaſis, aut ophiaſis, aut alopeciaſis, aut puſtulæ crebræ, aut epinyctides, aut denique vllum ſymptoma quod ex vitioſo ſucco & natum & auctũ eſt, illum malè habuerit. Ab his cõſideranda diximus, cõſuetáne vlla excretio retenta ſit per vomitum, vel hæmorrhoidas, vel fiſtulam aliquã, vel dyſenterian, vel ſi mulier eſt, per menſtruũ profluuiũ. Deinde num ipſe medicamento ſe purgare ſemper ſolitus, id intermiſerit. Nonnulli enim ſunt, qui deiectoriis medicamentis, alii vomitoriis, aut vrinam ſudorémve cientibus, aut vſu ſponte naſcentium aquarum, vtiq; quibus aut ſulphuris, aut bituminis, aut nitri vis ineſt, vere, vel autumno quotannis ſoliti excrementa vacuare, aliquando id negligunt. Multi (vt dictum eſt) exercitationum conſuetudinem dimiſerũt. Alii rurſus omnis frictionis, aut

* τεθαλαττόμενον.

balnei, aut à vino dulci poſt balneũ vomitionis, morem prætermiſerũt. Sanè cõſtat, non illorum modò nos, qui optimo ſunt corporis temperamẽto feciſſe mẽtionem, ſed quò nihil in mali ſucci cauſarum catalogo ſit prætermiſſum, etiam eos qui vitioſum ſuccum natura promptè congerũt, ſermone comprehẽdiſſe: de quibus fuſius inter vitioſos corporum ſtatus proximis voluminibus agemus. Atque ex his quidem de mali ſucci modo coniecturam facere oportebit, ac remedium ad menſuræ eius quantitatem proportione inuenire: medio crius, ſi omnino ſit exiguus, & ad cutẽ tantum collectus: valentius, ſi multus & in profundo. Prius verò eius qui exiguus, & iuxta cutem eſt, curatio dicetur: deinde eius qui in carne reſidet: tertiò ab his loco eius cui totus ſanguis impurus extremẽ toſusque eſt. Sed ſi quis iam inſtitutum mihi ab initio repetens, boni ſucci iuuenem dederit, qui prius ſalubri omnino victus ratione ſit vſus, nũc neceſsitate quapiam vrgente, longi temporis iter confecerit: In quo nec exercitatus, nec lauatus pro conſuetudine fuerit, cibis potioneque mali ſucci vſus ſit, tum à prandio vel cœna, vel etiã toto die, vehiculo ſit vectus, nec bene plerunque dormierit. Illud tamen addatur,

nihil

nihil huic in modo aſſumptorum erratum eſſe, proindeque nec in cruditatem vllam incidiſſe: talis multum mali ſucci congeſſiſſe profectò nequiuerit: itaque etiam nec remediū operoſum requirit, imò exercitationem tantùm, quæ apotherapia dicitur: quam in proximo ante hunc libro docuimus: vbi pariter de accommodata ei rei victus ratione pręcepimus: quò minus eſt hîc multis morandum. Tantùm eius meminiſſe conueniet, huc omne conſilium dirigere, qui corpora ſic affecta curat, vt excremēta, quæ circa cutem ſunt, educat: propterea quòd affectus in hac vna conſiſtit. Itaque rurſus detur, eundem iuuenem præter alia, quæ eadem ſint, etiam in cruditates ſæpe incidiſſe. Detur & vlceris ſenſum habere non cute tenus modò, verumetiam altius in corpore, ſic vt totum id malis ſuccis refertū ſuſpicere: huic nec exercitationem, nec vllum omnino motum iniungemus, ſed quieſcere, ac dormire iuſſum, in abſtinentia totum diem exigere cogemus: Dein veſperi pinguiter vncto, & tēperato balneo mediocriter lauato pro cibo dabimus ſorbitionem aliquam boni ſucci, ſed planè quàm minimam: nec tamen à vino eum abſtinebimus, cōcoquit enim id ſemicrudos humores, quātū aliud quiduis, tum

ſudorẽ vrinãq́; promouet, ac ſomnũ cõciliat. In iis autẽ qui ita ſe habent, id agendũ nobis eſt, vt quod mali ſucci iam planè corruptũ eſt, nec cõcoqui etiam poteſt, id ſudore vrinaq́; expellatur: quod ſemicoctũ adhuc eſt, concoquatur, atq; vtile reddatur. Id autẽ optimè quiete ſomnoq́; confiet. Si ergo his peractis, malũ cõſtiterit, ad cõſuetudinẽ rurſus reducendus homo eſt. Sin in poſterũ etiã diẽ duret, de valẽtiore iam remedio eſt cogitãdũ, maximè ſi per noctẽ, vel laſsitudo magis quàm antè, vel faſtidiũ infeſtet, vel peruigilet, vel ſomnos turbatos, & † imaginationibus inquietos habeat: his enim ſi vires non diſſuadẽt, duorũ alterũ, aut ſanguis mittendus eſt, aut purgatio exhibẽda, ſed diſcernẽtibus nobis, vtrũ magis expediat, vt mox dicetur. Sin vires imbecilliores dehortãtur, ſanguis mittendus haudquaquam eſt, ſed deiectio mediocris adhibẽda. Cuiuſmodi autem deiectio mediocris ſit, in ſequẽtibus docebimus: ſed ſi prius quæ priora ſunt definiuerimus. Nam viriũ robore cõſtãte, ſi laſsitudo adhuc infeſtat, æſtimãdũ eſt cũ ſanguiníſne copia, an cũ crudis humoribus, an per ſe ſolus cõſiſtat vitioſus humor, qui laſsitudinẽ creat. Nã ſi cum ſanguinis copia, aut vena incidẽda, aut aliquid quod tantundẽ valet, agẽdũ.

† In Aldi. mẽdosè legitur τραχώδεσι. pro ταραχώδεσι.

Sanè

Sanè tantũdẽ poſſunt hæc quibus hæmorrhoides ſunt retẽtę,ſi has emiſeris:ſi mulieri menſtrua cõſuetudo ceſſauit,hãc prouoces:Si quibus horum nihil eſt, ſi malleolos ſcalpello incidas. Poſt hæc aluus eo medicamẽto deiicienda eſt, quod maximè accõmodatũ malo ſucco ſit. Quòd ſi vitioſi tãtùm ſucci, hiq; citra ſanguinis copiã ſubſint,purgatio petẽda eſt,quæ infeſtanti excremẽto ſit accõmoda. Infeſtat verò aliâs bilioſum, aliâs atræ bilis,aliâs pituitoſum, ſed quod vel ſalſum , vel acidum ſit: atque horũ quodlibet aut craſsius, aut ſero propius, aut media quapiam conſiſtentia : de quorum diſcernendorum notis nunc agamus.Si cum puſtulis quæ Græci ἐξανθήματα vocant,laſsitudinis affectus cõſiſtat, ex his facilis inuentu erit excrementi ſpecies: ſin abſq; his in boni quidẽ ſucci corporibus, tum ex iis qui præceſſerunt cibis.tum reliquis,quæ ipſis corporibus inciderũt. In his verò qui malos ſuccos natura colligunt, hinc quoq; nihil capiendũ. Sed de eiuſmodi tẽperamẽtis vberius pòſt agetur,nũc de reliquis agamus,ex quib⁹ licet de mali ſucci ſpecie cõiecturam accipere. Qui in otio degũt, hi pituitoſum aceruare ſuccũ ſolẽt. Quos multus labor exercet , hi bilioſum vel melancholicũ : illũ æſtate , hũc autu-

mno gignũt. Quinetiã an diuturni labores fuerint, inſpiciendũ eſt: quanto enim fuerint longiores, tãto ſunt ad atrã generandam bilẽ magis procliues. Præterea qui cũ multo ſudore obeuntur, hi craſsius excrementum faciũt. Qui ſine ſudore peraguntur, magis tenue, veluti qui hyeme, & frigido aëris ſtatu ſuſcipiũtur. Conſiderandũ adhæc eſt, non ſolum de vrinæ multitudine, [& qualitate] ſed etiã de ſudoris qualitate: hic nanque partim acidus, partim ſalſus eſt, partim veluti lutum, aut virus planè olet: licet autẽ hoc ex ſtrigili deprehendere quũ lauãtur. Sæpe nanque amarus planè apparet, qualis vtiq; morbo regio laborãtibus emittitur. Eius verò dignotio, etiam citra guſtũ facilis eſt ex ſolo colore: quippe pallidus pro eiuſmodi bilis ratione apparet. Sæpe tamen poſt validiſsimos labores, vehemẽtẽq; æſtũ, planè flauus conſpicitur. Aliquando medius, atque ambobus miſtus cernitur: veluti quodammodo ex pallido flauus, ὠχρόξανθον græcè dicũt. Ad eundem modũ & ipſe bilis humor ſe habet quando hunc quoq; in vomitu, deiectioneq;, aut pallidum, aut flauum, aut ex vtroq; cõpoſitum licet intueri. Qualiſcunq; verò is in corpore habetur, tale neceſſe eſt eius appareat ſerum. Ac ſudor quidẽ ſuccorum, qui

in vniuerſo corpore abundant;nota eſt: vrina eorũ tãtum,qui vaſis cõtinentur.Omnino ergo nihil omittendũ : ſed ſudor quoq; ipſe(vt modò diximus) inſpiciendus. Aliquando verò ipſum qui afficitur guſtare ſudorẽ ſuum,quo certius internoſcatur,iubemus.Id quod aliquando ſua ſponte accidere ſolet, dum ex fronte , & eius partibus in os ſæpe delabitur. Aeſtimare præterea vrinæ tum cõſiſtentiã, tum colorẽ oportebit : ſed nec quæ in ea pendent, aut ſidunt, prætermittere conueniet,ſed omnia perpẽdere. Cuiuſmodi enim ſanguis ſit, qui in vaſis continetur,ea planè oſtendunt,quando ſi is bilioſus ſit, ſerum quoq; eius bilioſum eſſe neceſſe eſt : idq; pro vtriuſuis bilis ratione:ſimili modo pituitoſum, ſi is ſit pituitoſus. Ergo vbi crudus planè is eſt, vtiq; tenuis aquoſaq; vrina cernitur, nihil nec quod ſidat, nec quod pendeat in ſe habẽs .At vbi is cõcoctus eſt,hæc in vrina apparẽt , atq; etiam nubeculæ quædam deſuper tenues ſuperſtant, veluti quod in ſummo lacte colligitur Græcè γραὺς dicitur, & quod in ſummo refrigerati iuſculi concreuit.Quòd ſi turbida ſit,qualis veterinorum viſitur,crudis refertas venas indicat,nõ tamen ceſſare naturã, ſed eos valẽter concoquere. Si verò celeris ſeparatio craſsi à li-

quido in ea cernitur, ſitque quod ſubſidit album, leue, & æquale iamiam ſuperaturã eos omnes naturã † indicat. Sin quũ emingitur pura ſit, protinus verò turbetur, iam crudi ſucci concoctionem aggredi naturã docet. At ſi interpoſito tempore turbetur, non protinus, ſed pòſt aggreſſurã inſinuat. Verùm omniũ quæ turbantur vrinarũ generalis nota eſto, ipſius craſsi à liquidiore ſeparatio, aut properè, aut tardè facta, aut omnino nulla. Ergo ſi protinus fiat, & quod ſubſidit, ſit albũ, leue & æquale, ſuperiorẽ longè naturã ſuccis, quos concoquit, oſtendit. Sin bonum ſit quod ſubſidit, ſed quod poſt longius interpoſitum tẽpus colligatur, etiã naturã tẽporis ſpatio ſuperaturam ſuccos nuntiat. Si verò vel omnino nulla ſeparatio, vel id quod ſubſidit malum ſit, imbecillitas naturæ ſignificatur, egetq; ope aliqua ad ſuccos percoquendos. Sicuti verò vrina, ſuccorũ qui in vaſis ſunt qualitatem prodit, ita ſudor aliaq;, quæ per vniuerſum animalis habitũ apparent, eos, qui illic ſunt, affectus demonſtrant. Quippe ſuperantibus in eo calidis ſuccis, inſolito caloris ſenſu vrgetur: frigoris verò, quum frigidi dominantur. Iã albiores, pituita ſuperante, pallidiores, bili abundante cernũtur: quòd ſi meracior bilis ſit, etiã planè flauiores,

† *Mēdosè legitur in Græc. cod. impreſſis, φύσει, pro δηλοῖ, vt legitur in veteri.*

res.Si quidē color à ſucco prouenit, nō ex ſolidis animalis partibus, vtiq; quum ſe ſucci in altum non receperūt. Accidit verò id illis propter frigora.rigores,vel animi affectus:veluti timorē,vel ingentē triſtitiam, vel incipientem verecundiā:quorū nullū ſi adſit,nunquam ſe in altum recipient ſucci. Aequè nec in cutem violentius irruentes, hanc adurent vnquam, niſi animus aliquo modo affectus ſit,aut æſtu immodico animal extrinſecus obſeſſum.Ergo vehementer commotis,aut iratis, aut in pudore,veluti reciprocantibus ſe humoribus,inſpicere colorem non opórtet.At ſi nec ambientis violentia calidi,frigidíve, nec vllus animi affectus,cuiuſmodi iam dictus eſt, ſubſit,certiſsima ſucci animalis cognitio ex colore datur. Tanquam igitur corpus, ſicubi albius ſolito eſt effectum,pituitoſum abūdare ſuccum indicat:ſicubi pallidius,aut flauius, bilioſum : ita ſicubi ad rubicundius, quàm pro natura, eſt mutatum, ſanguinis abundantiā ſubeſſe ſignificat: ſicubi ad nigrius,nigrā ſupereſſe bilem oſtēdit.Videas præterea ceu plūbi colorē aliquādo nōnullos habere:rurſus aliquando ceu miſturam eſſe albi liuidiq;:aliquando liuorem ſolū ſine albo conſiſtere.Ergo eiuſmodi colores, crudos dominari ſuccos indicāt, qui quum

de genere ſunt pituitæ, minus tamē humiditatis habent, quàm ea, quæ publicè vocatur pituita: plerunque verò huic nec lentor ineſt. Nam is ſi adſit (Praxagoras eiuſmodi ſuccū vitreū appellat) egregiè quidem frigidum, craſſum tamen eo, quē crudum per eminentiā vocāt, certè minus. Generaliter igitur eiuſmodi ſucci omnes, albi crudiq́ue ſunt: nomēclaturā verò alius aliā ſortitur. Nec attinet ad præſentem diſputationē ea omnia diſtinguere, quippe ad quam illud tantū cōmune omnium accidens pertinet, quòd hi ſucci percocti à natura non ſunt, ſed crudi adhuc manent: ſiquidē ſanguis in medio eſt bilioſorū, atq; horū, quorū vtiq; genus vno vocabulo appellare licet, vel crudū ſuccū, vel pituitā. Illi nanque ex ſanguine fiūt, vbi ſupra iuſtū modū eſt percoctus, hi verò ex eo nondū perfecto. Sunt autem vtriuſq; generis, innumeræ particulares differētiæ: cæterū quæ ab his qui in talibus ſunt periti in numeratas ſpecies iam deſcriptæ: quarū tamen ipſarū adeò hîc omnium meminiſſe neceſſe non eſt, vt etiā ſatis ſit eas ad vnū caput redigere, quod tibi veluti ſcopum agendorū proponas. Nā quoniā alii priuſquam ad exactū ſanguinē nutrimētū peruenit, veluti ſemicocti ſunt, alii prorſus incocti crudiq;, alii paulò ab-

ſunt

ſunt à ſanguinis forma: ruſus alii ſanguinis faciēdi, ſiue(vt ita dicā) ſanguificationis veluti vltima pars, qui vtiq; exceſſu caloris proueniunt: quorū alii paululum, alii plus, alii plurimū à ſanguine receſſerunt: vbi paululū vel citra ſanguinē reſtitutū, vel vltra proceſſum eſt, audacter mittēdus ſanguis eſt: vbi plus, conſideratius agēdū: vbi plurimū, in his nullus omnino mittendus eſt. Inſpicere verò & quantitatē conueniet, vt, verbi gratia, ſi bonus ſanguis exiguus ſit, reliquus verò ſuccus plurimus, vtiq; in his abſtinendū à detractione ſanguinis eſt: ſin is quidē exiguus, ſanguis verò copioſus, audacter incidenda vena eſt. Dein deiicere (vt dictū eſt) aluū oportet, ratione habita de abundantis ſucci copia pariter & ſpecie. Quòd ſi quis vel propter ætatē, vel timiditatē, permittere ſe medico ad ſanguinē vllo modo detrahēdū nolit, huic deiicienda largius aluus eſt: aut ſi id quoq; ſuſpectū habet, alia ratione educendū ſuperuacuū eſt. At in propoſita, nobis hactenus natura alias vacuendi rationes inuenire difficile nō eſt: in aliis cū diſcretione, & diligēti examine diſquiri eas conueniet. Eā diſcretionē pòſt trademus, vbi de ꝓpoſita boni ſucci natura tractationē abſoluerimus. Pone enim talē hominē

ex mala victus ratione laſsitudine affectũ, deinde ex his quas retulimus notis, in venoſo vaſorũ genere apparere ſubeſſe illi copiã ſemicrudorum ſuccorum,in reliquo verò corpore toto multitudinem horum mordaciũ,quos laſsitudo ſecuta eſt, auctus prætereà illi quodãmodo & ſanguis eſto. Maximè ergo (vt dictũ eſt) detrahere primò de ſanguine oportet, deinde ſuccum illũ educere,qui ſuperare videtur.Non ſuſtinente autem homine ſanguinẽ ſibi detrahi, augere deiectionẽ. Si verò neutrum admittat, aliã quampiã rationẽ iniri, qua maximè ſi non breui,at longiore tempore priſtinam corporis habitudinẽ homo recipiat. Quoniã ergo duo prima ſunt, quibus primũ intentus ſit oportet,qui eiuſmodi affectibus medebitur, crudorũ ſiue etiã ſemicoctorũ,qui ante ſanguinis perfectionem fuerũt,percoctio : & acriũ ac mordaciũ,qui ſecundi ſunt, & ſanguine poſteriores,eductio : abſtinere eos conuenit ab omni valido motu.Blandè verò vnctos,atq; oleo perfrictos,perquàm ſuaui lauare balneo,inde in otio abſtinẽtiáq; habere, atq; etiã ſomno ſi fieri poteſt,minimè ignorantibus, nihil eſſe quod æquè concoquat ea, quæ concoqui poſſunt, & malos ſuccos per habitũ digerat,vt ſomnus à balneo.Quum

igi

igitur (vt paulò antè diximus) primo die experti an facilè finita laſsitudo ſit, ſimiliter grauatũ hominẽ cernimus, tum mittendus in balneũ ſecũdo etiam die eſt, tum in quiete, abſtinentiaq́ue habendus: æquè verò & ſi iterum, & tertiò[oportere videris, itidem]ieiunũ lauabis, quietem ac ſomnũ ipſis lauationibus interponens. Cõducit ad ſomnũ non in poſtremis ipſum quoq; balneum: ſunt enim qui eo ſunt vſi omnes magis ad ſomnũ propenſi, modò maioris momenti nihil obſtiterit. Adeò tibi ſomnus, & cauſa, & ſignum percõmodũ ſperatæ vtilitatis ſit: velut è diuerſo, non poſſe à balneo dormire, nec cauſa, nec ſignum eſt cõmodum. Quippe plerunque redundantis ſucci indicia, ex ſomno vigiliiſque ceperis: frigidi nanq; ſucci marcorẽ, quod κῶμα Græcè vocãt, & longiores ſomnos inducunt: calidi & mordaces vigilias: & ſi quãdo dormitur, variis imaginibus inquietos, & turbatos ſomnos efficiunt, ſicut ſtatim excitent. Sicuti autem in primo die, ita etiã in ſecundo, ſorbitionem & minimã & ſimplicẽ illis exhibebimus : quippe largè his apponere, quibus auferri potius aliquid debeat, planè eſt contrarium. Sicut rurſus omnino nõ nutrire, & faſtidia ſtomachi, quas Græci ἄσας vocant, creat, & eundem lædit, &

vi

vires labefactat, & malũ ſuccum adauget. Ergo exiguũ his dãdum, ac potiſsimum ſi fieri poteſt, ptiſanę cremor, ſimpliciter cõditus: ſin aliter, * farris, eodem quo ptiſana modo præparatus, cum paulo aceti adiecto, præſertim ſi cruditatis abundantiã, vel in venis, vel in toto corporis habitu, ſubeſſe ſuſpicamur. Quippe ſi nihil prorſus aceti ſit alicæ admiſtum, glutinoſior erit, quàm vt propoſitis cõducat: itaq; obſtruet magis quàm detergebit habitus meatus. Quod tamen maximè petitur in craſsis ac glutinoſis ſuccis, cuiuſmodi planè omnes pituitoſi ſunt. Ac boni quidem ſucci far ipſum eſt; & propterea eiuſmodi qui à vitioſo facilè ſecuros præſtet. Cæterũ niſi lẽtor eius corrigatur, adiectis aceto & porri modico, nõ ſolũ obſtruet, ſed etiam nutriet plenius quã propoſitis ſit ex vſu. Hac itaq; de cauſa ptiſanæ cremor in hoc caſu tutior eſt, vt qui tum modicè nutriat, tum nuſquã per anguſtos meatus hæreat, † ſed & permeet ipſe, & meatus per totũ detergeat, & quicquid in ſemicoctis crudíſve ſuccis cõtinetur craſsi id diſſecet ac reſoluat. Horum ipſorum gratia & mulſa his idonea eſt, & oxymeli, & apomeli, & piper, & zingiber: poſtremò omnia quæ citra vitioſi generationem ſucci, humorem craſſum diſſecant,

** χόνδρυ, ἡ alica.*

† In veteri Græco cod. additur ὥσπερ ὁ χόνδρος id eſt, quẽadmodũ alica.

ſol

ſoluuntq́;: quorũ materiã latius in ſequentibus proſequemur. Ad inſtitutũ verò nunc ſermonem, exempli loco poſita ſint, & quæ iam ſunt dicta, & quæ nũc dicenda. Frugũ nanq; maximè apta eſt priſana: olerum ſola lactuca: piſciũ, qui ſaxatiles dicuntur: panis, qui & furno coctus, & fermentatus, & modicè purus eſt. Aues monticolæ, potio oxymeli, mulſa, vinum tenue, & album, ſero melq́; quæ boni ſunt ſucci, eademq́; detergent, nec glutinoſa ſunt, nec craſſum ſuccũ efficiunt, nec valenter nutriunt. Quæ verò vrinam cient, hoc caſu non probo: maximè quæ præualentia ex his ſunt, & ſanguinem calefaciunt ac liquant: quippe quod cõcoquẽdum probè eſt, huic tanta adhuc vexatio non conuenit. Hæc itaq; omnia ſecũdo die faciẽda ad hunc modũ ſunt, atq; etiam tertio, quartóque. Ad hæc prætereà, ſi tum laſsitudinis ſenſus leuetur, tum corpus coloratius appareat, tum ſomni quieti, & vrinæ concoctæ ſint, fricare quidem liberalius, exercitare verò parcè hominem ante bis. His ita peractis, ſi nullus laſsitudinis ſenſus prætereà ſuperſit, ad conſuetas ſtatim exercitationes hominem reduces: ſin quicquam appareat priorũ, aut ſymptomatum, aut notarũ, rurſus tu quoq; in id intẽtus, mutare tẽtabis ea quæ particulatim nõ

recte

rectè habent.Si itaq; ſolius laſsitudinis ſenſus recordatio ſupereſt,cæteris notis omnibus bene ſe habentibus, vtiq; apotherapiæ munere laſsitudinẽ ſummouebis : ſin autẽ turbatæ notæ ſunt,& veluti confuſæ, cæterũ laſsitudo abeſt, in quiete maiore ſeruare hominem oportebit. Si verò ambo coïerunt,eadem ratione hominis curam ages, qua prius vſus in eum ſtatum duxiſti, quo etiam exercitationis aliquid tentare auderes.Atq; ita quidem iam comprehẽſo affectui medendũ cẽſeo.At ſi in eodem homine reliqua eadem ſint,cæterũ in laſſo corpore ſanguis bonus exiguus ſit, crudi humores plurimi,huic nec ſanguis mittẽdus, nec alui deiectio, aut exercitatio, aut omnino motus aut balneum adhibendum. Quippe inciſa vena bonum ſanguinẽ emittit,malum qui in primis maximè venis circa iecur,& quod meſenteriũ vocãt colligitur,in totum attrahit corpus.Deiectio verò in talibus, tormina, & roſiones creat, animiq; deliquia,cum eo quod nec notatu quippiã dignũ educit:quando crudi omnes ſucci, pigri, atq; ad motum inepti, propter craſsitudinem frigiditatemq; ſunt.Quò fit, vt etiã omnes anguſtas vias obſtruant, per quas id quod medicamentum deiicit, ferri ad aluum debeat : itaq; nec ipſi educantur,

&

& aliis ſint impedimento. Id quod ſane Hippoc. illo oraculo præcauit, quo breuiſſimè præcipit: [Concocta medicamento tentanda eſſe, non cruda.] Eadem de cauſa, nec exercitare, nec omnino mouere, ſed nec lauare expedit eos, qui in primis venis crudorũ copiam habent: ſiquidem omnes id genus motus, ſuccos illos in totum corpus agunt. Seruandi igitur hi ſunt in omni quiete, dandaq́; ipſis cibus, potio, medicamentaq́; ſint ſingula eius generis quæ attenuent, diſſecent, & conficiant ſuccorum craſsitudinem, idq́; citra manifeſtum calorem. Nã qui excalfacti vehementius ſucci ſunt, ii in omnem corporis partẽ feruntur. Ergo nutries hos maximè oxymelite, aliquãdo etiam ptiſanæ, & mulſi exiguo quopiam. Suſtinent enim hi victum, ſi modò alii vlli, tenuem: ipſa nimirum crudorum copia, quos paulatim coquunt, ad corporis alimentum abutentes. Quoniam autẽ præcordia iſtiuſmodi omnibus turgida inflataq́; ſunt, ac facilè quicquid aſſumpſerint in flatũ vertitur: nõ inutile fuerit longi piperis aliquid cum cibo dare: quippe quod *flatuoſi ſpiritus craſsitudinem ſoluit, & quæ in præcordiis pigra ceſſant, ad ventrẽ inferiorem depellit; & concoquendis, quæ ſumpſeris, ſubuenit, pro communi pipe-

*Mẽdosè legitur in Græc. cod. impreſſis, δυσώδεις pro φυσώδεις.

rum ratione. Quòd ſi huius copia non eſt, vtique albo vtendum: quippe quod ſupra duo reliqua genera ventrem roborat. Sin hoc nō adeſt, optimum nigrum petendum eſt: id verò fuerit, quod pondere præcellit. Sanè vtilius ſit, & Dioſpolitico medicamento vti: cuius compoſitio duplex eſt: aliàs ex paribus omnibus, cumino, pipere, ruta, nitro, poteſtq; ita magis ventrem ſoluere: aliàs cum † reliquorum pari pōdere miſcetur nitri dimidium. Præſtiterit autem cuminū eſſe quod vocant Aethiopicum: piper verò, vel longū vel album. Macerabitur cuminū in aceto maximè acri, dein cōtinuò id tonditur, aut etiā prius modicè frigitur in vaſe fictili, quod coctū in camino quàm optimè ſit. Quæ enim exactè penituſq; cocta nō ſunt, hęc lutoſa potius quàm figulina ſunt, & qualitatū ſuarū nonnihil medicamentis remittunt. Sunto verò & rutæ folia modicè ſiccata. Vt enim ſi pluſculum ſiccentur, acria, amaraq; redduntur: & ſupra quàm par eſt calida: ſic, ſi prorſus nō ſicces, excrementitium quendā humorem retinent, nondum ex toto concoctum, cuius vitio flatum diſcutere minus poſſunt. Quatuor his aliquando deſpumatum mel additur: aliquando nihil, ſed ſola ſine melle reponūtur, ac ptiſanæ cre-

† Mēdosè legitur in Græc. cod. impreßis ἐκ τούτου pro ἑκάστου.

mori, & aliis,quibus maximè conuenire videntur,cibis iniiciuntur. Sumitur & per ſe medicamentum hoc, & ante, & poſt cibum. Porrò ad eum vſum optimum eſt, quod mel admiſtū habet, quod vtiq; curioſè ſit deſpumatū, id enim flatum maximè diſcutit: ſit autem oportet & mel optimū, ſi modo,quod flatū diſcutiat, quodq; maximè diſſecet,futurum medicamētum eſt. Appoſitum ſanè remediū ſic affectis eſt,& quod ex tribus piperibus conficitur (*διὰ τριῶν πεπέρεων* Græci vocant) vtiq; quum non admodum medicamentoſum ſit, ex variiſq; confectum, ſicuti à pleriſque medicorum componitur, miſturæ cuiuſdam ritu,quam *καρυκείαν* vocat, aut apri à mirificis iſtis coquis conditi, † adeò vt non minimum iis, qui ſumpſerint, negotium ſit immiſta illi medicamenta, concoquere: ami, ſeſeli, libyſticum, & alia id genus. Cruda enim minimeque mutata,iis qui ea ſumpſerint longo tempore durare in ventre intelliguntur. Hæc igitur ſubtrahenda medicamento ſunt, præterque hæc eleniū,& nardi ſpica ceu verò nonnulli componunt, etiam caſia. Expeditur autē præparatum habere ad manum dupliciter, ſicut ipſe ſoleo:alterum ſimplex,quod vtique his dandum eſt, qui parum concoxerunt

† Locum hunc non admodū fidè vertit interpres, eo quòd legit, ſicuti legitur in Græc.cod. impreſſis, προσαιρομένοις, pro προσονομαζομένοις, vnde & verbum τοῖς ἰατροῖς omiſit.

runt, & qui recens frigus in ventre habēt, pituitoſum ſuccum: alterum quod medicamentoſum magis eſt, quo maximè vtimur in iis fluxionibus, quæ à capite deſcendunt ad pectus. Verùm hoc quo pacto ſit præparandũ, alibi dicetur: Simplex illud, quo ad cruditatis abundantiam, quæ in primis eſt venis, vtimur, huiuſmodi eſt: Ad cuiuſque trium piperum drachmas quinquaginta, abundè adduntur aniſi, & thymi, & zingiberis, ſingulorum drachmę octo, & ſimpliciſsimum quidē hoc eſt: etiã hoc ipſo magis ſimplex, à quo detractum zingiber eſt. Alterum verò eſt, quod ex iiſdem confici tur: verùm ad cuiuſq; trium piperum drachmas quinquaginta, reliquorũ cuiuſque ſexdecim drachmarum iniicitur pondus: nempe aniſi, thymi, & zingiberis, quo etiã ad propoſita vtimur cõmodiſsime. Debet autē, ſi haberi poteſt, aniſum Cretēſe eſſe: thymum aut Atticum, aut planè ex editis locis, & ſiccis, cuius quicquid lignoſum eſt circũciſo, coma ipſa vnà cum floribus iniicietur. Eſto verò & piper quod longum quidem eſt, integrum, minimeq; foratum: æque verò & zingiber, nam ambo perforari facilè ſolent. Quinetiam nõ ſolùm nõ perforatũ, ſed & verum illud, quod ex barbaris affertur, piper eſto: hic nanque quod

In veteri habetur ὥστ᾽ ἔργον οὐ σμικρὸν ὑπάρχει τοῖς ἰατροῖς, ἢ τοῖς προκυρουμένοις αὐτὰ τὰ ἐμβαλλόμενα φάρμακα ἀποπτίσαι *id eſt, adeò vt nõ minimũ negotiũ ſit medicis, aut illis qui apparãt, quæ imponuntur medicamenta probè in ipſa mixtione digerere, ac pinſere.*

adul

adulteratur, duplex eſt; alterũ quod in Alexãdria maximè cõficitur: alterũ quod herbæ cuiuſdã germẽ eſt. Qua verò maximè ratione internoſci quod adulterinum eſt, poſsit, ipſe docebo: tantiſper præfatus, ne quis aut miretur, aut cauſam reqrat, quãobrem vel componendi, vel probandi me dicameuti hîc tradere rationẽ ſubiit: qui in medendi libris non temerè id facere ſoleam. Si quidem in illis cum medicis ipſis duntaxat ago: hîc verò etiã cum aliis vniuerſis, quos aliqui communi nomine, φιλιατρὸς, id eſt medicorum ſtudioſos, vocãt, qui ſcilicet in primis diſciplinis verſantur, quo intelligentiam ſuam exerceãt. Porrò his neceſſe non eſt, nec in libris de ſimplicibus medicamentis, nec in opere de medicamentorum compoſitione eſſe exercitatis, multoq; minus explorandi cuiuſq; medicamenti peritiã habere. His itaque perſcribi in plenum talia omnia ſatius eſt, ſicuti paulò antè de lõgo pipere tradere occepi. Principiò enim experiendum guſtu eſt, diligenterque æſtimandum, an piperis qualitates ſeruet, poſteà in aquam mittendum. Nam quod factitium eſt, ſi per diem totum in humore maceretur, illico liquatur ac ſoluitur. Si ergo tum piperis ei qualitas planè ineſt, nec maceratum reſolui-

tur ſitque (vt dictum eſt) minimè foraminibus pertuſum piper id longum idoneũ iudicabis. Nigrum verò nec exile, nec rugoſum, nec craſsi corticis eſto: ſed, ex eo quod ponderoſum vocant, id quod tũ maximum, tum pleniſsimũ eſt. itẽq; de albo ſimili modo eligatur, quod maximum eſt atq; pleniſsimum. Deinde omnibus ſimul tuſis & per tenue cribrum tranſmiſsis, mel optimũ curioſè deſpumatum admiſceto. Sanè id odorum, flauumq; præterea acerrimũ dulciſsimũq; fuerit, tũ craſsitudine nec planè craſſa, nec liquida ſed quæ ita cõtinuitatẽ ſuam tueatur: vt ſi digitum in id demiſeris, pòſt in ſublimè attollas, quod mellis ab eo defluit, lõgiſsima quaſi linea ſibi cõtinuatũ videas. Coquitur hoc rectè, aut ſuper carbones, aut ligna omnino arida quæ etiam ἄκαπνα Græci vocant. Hoc igitur medicamentũ dare conueniet, non ſemel bíſve quotidie, ſed etiã ſępe: ſiquidẽ manè, & ante cibũ & poſt, etiam cubitum euntibus rectè datur, cochlearij pleni mẽſura, atq; huius quidem vt paruis, parui, & maximis, maximi: ita mediis ad portionẽ præterea etiam zingiber, quod ex barbaris affertur aceto maceratum. Eſt id virentis herbæ radix, à collectu ſtatim in acetũ coniecta. Extinguitur enim eiuſmodi me-

dicamētorum calor circa ipſas primas venas, nec in totum perfertur corpus, veluti aliorum quorundam, cuiuſmodi id medicamentum eſt, quod diacalaminthes, propterea quod calaminthen recipit, vocant: de quo mox vberius agemus. Idcirco etiã oximeli his vtiliſsimum eſt, vt prius diximus, id ita præparari debebit. Quũ melli optimo ſuper carbones ſpumã abſtuleris, coniicies in ipſum aceti tantum, vnde guſtanti nec acidũ nimis, nec dulce videbitur: ac denuo ſuper prunas coques, quoad planè vnitæ amborũ qualitates ſint, nec appareat guſtãti acetũ adhuc crudũ, hinc ab igni depones, quumq; vti voles, aquam ei miſcebis, ita nimirum temperans vt vinũ. Ergo qui bibet, ſi nec de acore eius queritur, nec dulcedine: aſsiduè eo vtatur: ſin alterutro offenditur, adiecto quod deſideratur, rurſus id coques. Neque enim eos probo, qui ſub vna quapiam menſura id conficiunt: qui mihi ſimiliter iis affecti videntur, qui bibentes omnes ſimiliter aquã vino miſcere cenſent: non aduertentes, quibuſdam vtique qui dilutiori inſueuerunt, caput ſtatim, ſi vel puſillo meracius hauſerint, tentari: quibuſdam qui meraciore delectãtur, ſtomachũ ſi dilutius biberint, ſubuerti. Quum igitur in vino tam

familiari potione iſta incidant, multò ſanè magis in oxymelite, vtpote quàm vinũ tum minus familiari, tum magis forti, ipſa ſequi par eſt. Satius ergo ſit, ex ſumentis guſtu, †non noſtro iudicium de modo facere: id eſſe ſumentis naturæ conuenientiſſimum oxymeli ratos, quod vtique eſt iucundiſsimum, proindeq; etiam vtile: contrà, aduerſiſsimum eſſe, quod iniucũdum. Ipſam tamẽ primam ipſorum miſtionem quò plurimis conueniat, talẽ eſſe oportet: Vni aceti parti, †mellis, à quo detracta ſpuma ſit, duplum eſt miſcendum: deinde ambo in leni igni coquenda donec eorũ qualitates in vnum coïerint: ita enim nec acetum amplius crudũ apparebit. Cum aqua verò ſtatim ita facies oxymeli: Melli quadruplum optimæ aquæ miſcebis, dein coques modico igni, quoad ſpumare deſinat. Ac malum quidem mel, multã egerit ſpumã: quò etiam diutius coqui debebit. Optimum verò, vt breuiſsimo tempore coquitur, ita minimũ ſpumæ euomit: vnde nec pari ei coctione eſt opus: plurimum certè quartam partẽ eius quod ab initio eſt inditum, amittit: pòſt verò dimidio aceti adiecto, rurſus coquendum, donec qualitatum omnino ſit vnitas, nec acetum crudũ etiã appareat. Conficitur ſanè oxymeli, etiam trib

† Mẽdosè legitur in Græc. cod. impreſſis αὐταῖς pro ȣ̓ταῖς.

† Mẽdosè legitur in Græc. cod. impreſſis διπλασίῳ μίγνυσθαι τὸν ἀφρὸν τοῦ ἀφρȣμένȣ μέλιτος, pro διπλάσιον μιγνύσθω ἀφρισμένȣ μέλιτος.

tribus ſtatim ab initio miſtis, ad hunc modum: Aceti vni parti additur mellis duplũ, & aquæ quadruplum: atque hæc ad tertiã partem coquuntur, *vel etiam quartã, ſpuma interim detracta. Quòd ſi valentius id facere ſtudes, tantundẽ iniicies aceti, quantum mellis. Apomeli optimum aqua conficitur, bibitúrq; tota æſtate refrigerantis vice. Poteſt verò, cui id libet, & ad quã propoſuimus affectionẽ, eo cõmodè vti, potiſſimùm vbi coacuit: id quod ei ſæpe cõtingit, aliâs magis aliâs minus, vt pote ex aqua confecto non pluuia, ſicut mulſa, ſed qualibet, quanquam poteſt qui volet, & ex pluuia aqua id conficere, ipſeq;, ſi pluuiam aquam probarem, id ſuaderem: verùm nec ipſam probo, & nihilo eſt deterius ſi aceſcit, potiſsimum ad ea quæ nũc ſunt propoſita. Quinimò mediocriter etiã acet, quod ſaltem non omnino incuriosè eſt confectũ. Sanẽ cura conficiendi in eo eſt, vt nec fauus admodum ſit vitioſus, coquaturque bene in fontana aqua, quę & pura ſit & dulcis. Oportet enim expreſſo à fauis melle eatenus in aqua coquere, quoad nulla inde ſpuma exiſtat. Ergo tum hac vtendum potione eſt, tum verò è vinis iis †quæ leuiter aceſcunt. Nutriendum præterea cibis eſt, qui citra calorem extenuent: cuiuſmodi

*In Græco impreſ. deeſt ἢ τὸ τάρτον, quod habetur in veteri.

† τοῖς ὀξυ ομένοις.

capparis eſt ex oxymelite vel oleo ſumptum,ad duos vel tres dies,vt dictum iam eſt. Quòd ſi crudos iam ſuccos ſatis attenuatos ſperas,vinũ dabis,quod & ſubſtantia ſit tenue, & colore fuluum, albúmve: hoc enim & ad ſucci bonitatem, & concoctionẽ facit:illud vrinam mouet. Sunt verò in Italia prioris generis Falernũ,& Surrẽtinum: poſterioris Sabinũ, & Albanum, & Adrianum.In Aſia verò prioris generis Lesbium, & Ariuſium: ſecundi Titacazenum, & Arſyinum, atq; hæc exempli tantùm gratia protulimus.Sunt autem & alia multa,tum in Italia,tum in Aſia,& cæteris nationibus, quæ his ſunt ſimilia:ex quibus facere delectum cõueniet:ad eas quas diximus notas reſpicientem, nempe colorẽ ac ſubſtãtiã: craſſa verò & nigra reijcere, vt quæ tum malũ ſuccum gignant, tũ tardè penetrent.Quòd ſi his adhibitis melius habere ſe ſenſerit:etiam lauare tum hominẽ debebis, vngereq; ac molliter fricare. Vt verò primùm in vrina ſubſidẽtia viſuntur (ὑπόστασιν vocant) tum frictiones augere, tum ad conſuetas exercitationes paulatim reducere. Hoc tempore vnguentis iis quoque vtendum,quæ per halitũ euocent, de quibus & ante mẽtionem feci, & in ſequentibus faciã.Haudquaquam tamen in-

ciuſ-

eiuſmodi affectibus vomitu vtẽdum ſuaſerim, ſicuti nonnullis eſt viſum tum medicis, tũ gymnaſtis, falſis (vt opinor) ex iis, quæ à Philotimo & Praxagora de eiuſmodi ſuccorũ curatione ſunt ſcripta. Nõ enim quum laſsitudinum affectus abundant: ſed quũ hi ſoli infeſtant, vomitus eos expellit, quippe quũ nullum periculum ſit, ne intrò violentius reuellatur aliquid eorum excrementorum, quæ in carne cõſtitere: quemadmodũ certè eſt, quum ambo redundant, & in primis venis cruda & in ſolidis mordacia. Caueri enim in talibus ſatius eſt vtrunque reuulſum, & foras crudorum, & intrò mordaciũ. Sicuti igitur in ſuperioribus cauimus, ne crudi ſucci foras traherẽtur: ita ne mordaces reuocentur intrò, eſt vtiq; cauendum. Summæ verò eorum, quorum occaſione foras ferãtur, hæ ſunt, exercitatio, & frictio, & balneum, & fomenta calida, & vnctio calefaciens: tũ ex animi affectibus, iracundia: & vno verbo, omnia quę ſuccos, qui altè in animãtis corpore ſunt merſi, ad motum quoquouerſus irritant. Quorum verò occaſione intrò ferantur, ea ſunt quæ vtique prohibent foras ferri, talia ſunt ex iis quę cuti propinquãt, & quæ frigida sũt, & quæ aſtringunt. Ad hæc, quæcunq; ſuccos [introrſus] attrahunt, aut aliâs quoquo

modo ipſorum intrò motũ excitant: quorum ſunt triſtitia, & horror quacunque de cauſa ortus (quippe quum & ex calida cauſa, & frigida, tum horrorem gigni, tũ etiã rigorem qualẽ ſupra deſcripſimus, eſt oſtẽſum) prætereà quæ auditu viſúve, animo aut ſtuporem, aut horrorẽ incutiunt. Hæc itaque omnia deuitanda tum ſunt, quum idem homo pariter & laſsitudinem ſentit, & venas habet crudis ſuccis refertas. Nam neq; qui extra ſunt, rectè intrò reuocãtur: neque qui intus ſunt, foras: imò qui foris ſunt, leuiter educendi per halitum ſunt. Siquidẽ quæ vehementius id faciũt, etiã eorũ quæ intus ſunt, aliqd attrahũt: qui verò intus ſunt, hi attenuandi coquendiq́; ſunt. Quòd ſi vel vomitu eos, vel alui deiectiõe educere violẽtius tentes, vtiq; eorũ qui foris ſunt, aliquid intrò rapueris. Neq; accuſandus Philotim. eſt, ſi tali vſus expulſione eſt, vbi citra vllũ aliũ affectum† crudorum abundãtia in primis venis conſtitit. Quin potius noſipſos aſſueſacere par eſt, vt veterum ſcripta diligentius inſpiciamus. Ergo quibus intus crudi ſucci copia eſt, & foris laſsitudinis ſenſus, iis hyſſopũ in mulſo coquẽs, nõ ſtatim nec primo die, ſed in ſequẽtibus dabis: vomitu verò abſtinebis, veritus (vt diximus) ne quid excremẽti externi

† Mẽdosè legitur in Græcis co. impreßis ὠμῶν παρακέηται, pro ὠμῶν χυμμῶν πεφικεῖται.

int

intrò rurſum reuocetur. Praxagoras verò ac Philotimus rationabiliter poſt eiuſmodi mulſum, vomitum probant: propterea quòd crudos citra laſsitudinem ſuccos curant. Cæterùm quoniam de his abundè dictum eſt, tempus monet reliquum aggrediamur affectũ, †in quo cum vlceroſo ſenſu, etiam crudorum copia] in corporis habitum eſt recepta. Accidunt hæc in iis maximè negotiorum circunſtantiis, in quibus aut calor, aut immodicus labor crudos ſuccos à venis in carnem rapit: idque his qui nullam ad præſens recentem cruditatem contraxerunt: quippe hęc ſi adſit, vniuerſum ita corpus crudis occupabitur, cuiuſmodi affectus curatio, etiam pòſt à nobis dicetur. Verùm quoniam compoſitum omne poſterius ſimplici eſt, præſtat (arbitror) reliquum ſimplicem affectum prius expedire, ac deinde ad compoſitos venire. Quanquam ne hunc quidem omnino ſimplicem eſt arbitrandum, ſed vt inter laſsitudines ſua ſponte ortas ſimplicem. Propoſito nanque nobis affectu qui laſsitudinem excitat, adiicimus illi reliquos. Sed quia in miſtione, aliâs ſimplex, vnaque affectio additur, aliâs compoſita: ita ſimplicem appellauimus hanc, de qua nunc agimus. Eſto igitur crudi ſucci

co

† Hic locus ita legitur in Græc. cod. anti. καθ᾽ ἣν αἱ μὲν φλέβαι αἷμα χρηστὸν περιέχουσι σύμμετρον τῇ ποσότητι, τὸ δὲ τῶν ὠμῶν πλῆθος. i. in quo venæ quidem optimum ſanguinẽ cõtinent, & quo ad quantitatẽ mediocrem, crudorum verò humorũ copia.

copia in ſolidis animalis partibus, non in venis, cui accedat vlceroſæ laſsitudinis in his ipſis affectus: quippe talis erat* is, de quo inter initia ſermonis loqui inſtituera-mus. Sicuti igitur in quorũ venis & præcipuè in primis crudorum † copia erat, his eſſe à calidis cauendum cenſuimus: veriti ne eiuſmodi ſucci in habitum corporis pertraherentur: ita nunc id timere non oportet. Ergo danda his ſunt, quæ vel ad cutim vſq; calorem ſuum tranſmittant, fricandumq; largiter oleo, quod relaxandi vim habet, ac potiſsimùm manè quum ſurgunt à ſomno. Nam ea frictio ſimul concoquit crudum ſuccum, ſimul corpoream molem animantis nutrit. Quieſcendum verò poſt hæc diu eſt, ſi quidem probè ſint ceſſura. Sanè multò euidentius efficiant, cuius gratia fiunt, ſi homo exiguum cibum pridie ſumpſerit, nec aliud à cœna bibat, quàm vinum quod fuluum ſit ac tenue. Nec verò illico exercitandum aſsiduè, & vehementer eſt, necubi inprudentes crudo adhuc ſucco nutriri corpus cogamus. Vtilius itaque fuerit manè largius fricare, & poſt id diu quieſcere, ac modicè inambulare, tũ denuo multa vti frictione, & balneo modicè calido, præterea alimentis quæ & boni ſint ſucci, & minimè glutinoſa. Eorum materia

*Legendũ eſt ĩ Græ. ſicuti in veteri co. ὁ γὰρ ἐξαρχῆς ὑπόθεσις.

†In Græ. codic. impreſ. poſt τὰς χρώτας, deeſt τὸ πλῆθος.

teria ſuprà iam dicta eſt, vbi ptiſanã ad talia laudaui, & piſces ſaxatiles & aues monticolas. Apti cibi ſunt & qui attenuant, de quibus ſcripſimus vno libro. Nec eſt quod verearis, ne calorem vehementer accẽdas: quinimò medicamẽ quod diacalaminthen vocant, audacter dabis. Eſt verò compoſitio eius huiuſmodi; Accipe calaminthes, & pulegii, & petroſelini, & ſeſeleos, cuiuſq; † vncias duas] ſeminis apii, cacuminũ thymi, vtriuſque vncias quatuor: adhæc libyſtici vncias xvj. piperis verò octo & quadraginta. Ac piper quidẽ grauis eſto põderis, quod βαρυσταθμὸν vocant: Seſeli verò Maſſilienſe, petroſelinum Macedonicum, huiusq; præcipuè Aſtreoticũ: Calaminthe & pulegiũ potiſsimùm ex Creta: ſin minùs, certè ex regionibus editis & ſiccis. Simili ratione & thymum. Atque herbarum quidem quicquid lignoſum durúmque eſt, id abiiciẽdũ. Accipiẽda verò ad medicamentũ folia, atq; ex his maximè quæ ſubtiliſsima virẽtiſsimaq; ſunt atq; in ſummis herbis nata. Ad hæc flores & quę cum his ſunt vnà minutiſsimas tenuiſsimasq; feſtucas, hæc omnia ſimul tundenda cribrandaque ſunt tenui cribro. Quippe eiuſmodi medicamẽta, in totum corporis habitum maximè digeruntur, veluti è diuerſo craſsiora

† In veteri Graeco co. legitur δραχμὰς ιβ. i. drachmas duodecim.

rā in ventre hærent;vt quæ anguſta venarum oſcula,ſubire nequeant.Quamobrem etiam medicamentum,quod dioſpoliticon vocāt,cuius in hoc libro mentionem feci, craſsius facere ſoleo,quoties deiicere aluū per id ſtudeo.Quidam verò id non intelligens,quū tenuiſsimū minutiſsimumq́; inſtar pollinis feciſſet,vt aluo deiiciendæ nihil contulit;ſed vrinam planè multam mouit:mecum rem cōmunicauit,mirās ac ſciſcitans euētus eius verā cauſam. Ipſe enim arbitrari ſe aiebat,hominis intēperantiam (nā ita appellabat) eius quod inciderat cauſam eſſe. Vt verò propriā cauſam didicit eſſe compoſitionis rationem,poſtmodum aliter compoſuit meliore ſucceſſu. Ac huius quidē præcepti in omniū medicamentorum compoſitione meminiſſe expedit: præpoſitum verò in præſenti medicamentū,omnia prorſus ſubtilia poſtulat, quò facilè in omnem corporis partem digerātur feranturq́;.Miſcendū verò his ita præparatis eſt mel optimum , curioſè deſpumatū, porrò vſus eius erit poſt matutinā frictionem,antéq; exercitationē & balneum.Licet & ſine admiſto melle, ſiccum medicamentum reponere,eóq; ſalis vice ad obſonia præparati vti licet, & in ptiſana veluti acetū iniicere,vel in eiuſmodi aliquid pro

pipe

pipere.Non modò autẽ ſiccũ ipſum medicamentum, ſalis ritu in vario eſt vſu, ſed etiam quum melli eſt admiſtum, ſiquidem id quoque poteſt cum aliquo cibo miſtum ſumi, ita vt iucundum vtẽti ſit. Poſt cibum tamen nunquam nec hoc medicamentum nec aliud vllum, quod ad diſtributionẽ vehementiorem facit, ſumendum eſt. Non enim diſtribui tunc, ſed concoqui quæ ſumpta ſunt, eſt vtilius. Melius itaq; ſit, iis qui externo aliquo præſidio ad concoctionem egent, hoc tempore exhiberi diatrion pipereon ſimplex, cuius compoſitionem antè expoſui. Quinetiam ipſum piper potioni inſperſum, percõmodum eſt ad ea de quibus agimus. Quòd ſi qua fortaſſe maior neceſsitas inciderit, etiam quod ex ſuccò mali cydonii conficitur: cuius omnem cõpoſitionem, vireſq; diligenter in ſequentibus explicabimus. Verùm ad ea quæ nunc agimus, omnium quæ mihi cognita ſunt, optimum medicamentum eſt diacalaminthes, nam craſſa lentaq; attenuat: & per halitum educit, & vrinas mouet, & mulieribus menſes. Eſt autem vſu quoque iucundiſsimum, præſertim quum liberalius mel accepit, quo tempore coqui largiùs poſtulat. Qui verò auerſantur dulcia, & mel fugiunt (nam eiuſmodi quoque naturæ inue-

nias) iis parum in cõpoſitione miſcebis. Sanè melius his quoq; fuerit, ſi largius coquatur: nam & minus eſt eo pacto dulce, & minus ſtomachum eorum qui à melle abhorrent, ſubuertit. Atq; omnia quidem huiuſmodi, vel ante noſtram admonitionem ſibiipſi quis excogitabit, vnum ſcilicet vbiq; deſtinans: nempe vt quoad fieri licet iucundiſsimũ fiat medicamentum, ſed tamen virium eius vtilitate ſeruata: non enim hanc, dum dulcedini ſtudetur, ſolui iubeo. Vbi igitur circiter duos vel tres primos dies, ita præparatus homo eſt, non incommodum fuerit, etiam conſuetis eum exercitationibus admouere, animaduerſis prius tũ coloris bonitate, tũ aliis notis quæ in præcedẽtibus ſunt cõprehenſæ: Nam ſi omnia commodè ſe habere videntur, plenè exercitandus eſt: ſin minus, etiam ante mediocritatem deſiſtet, ac in prius dictis tum victu, tũ medicamentis eo die habendus. Poſtridie rurſus exercitationi dandus; ſuper iiſdem tum notis, tum ſcopis, vt quũ omnia ex ſententia, commodaque appareãt, ad eandem victus rationem reuoces, cui antè inſueuit quàm laſsitudinis ſymptomate vrgebatur. Quoniam verò & acopo, quod ex abiete fit, vti expedit iis qui in carne, & tota corporis mole, ſuccos congeſſerũt, qui aut cõ-

co

coqui† deſiderent, aut per halitum digeri: non ab re fuerit, eius quoq; compoſitionẽ apponere. Eſt igitur abietis pulcherrimum ſemẽ, circa Arcturi emerſum, quo tẽpore Romæ September menſis eſt, apud nos verò Pergami Hyperberetæus: Athenis myſteria. Id ſemẽ cõiicere oportet in oleũ quolibet anni tẽpore: nullum enim in ea re diſcrimen eſt. Melius tamen fuerit, ſi id contundas prius quàm iniicias: quando ita citius oleum ſua qualitate vique inficiet. Erit id ſpacium dierum minimum quadraginta. Nos verò ſæpè & tres, & quatuor, etiam multò plures mẽſes macerari permiſimus: [ſic deinde ſemen abiecimus] humidum verò linteo percolauimus. Eſto verò eius generis oleum, cui relaxãdi vis inſit: cuiuſmodi in Italia Sabinum eſt. Coniicies autem in quinque & viginti heminas, eius ſeminis modum Italicum. Eſto autem & hemina ipſa Italica, quam vtiq; & libram nominant. Vbi verò maceratum in eo ſemen fuerit, multò plane minus redditur. Ei igitur quod reliquum eſt, idoneus ceræ modus erit, ſi quatuor libras immiſeris: reſinæ verò abietinæ libræ vnius partẽ tertiam, id æquat drachmas triginta duas: iniicies verò & pineæ reſinæ tantundem. Quòd ſi harum copia non ſit, earum lo-

† Mẽdosè legitur in Græ. codi. impreſſis δυναμένους, pro δεομένους vt legitur in veteri.

[In veteri Græco codic. pro κἄπειθ' οὕτως ἀπεῤῥίψαμεν τὸ σπέρμα legitur κἄπειθ' οὕτω λαβόντες εἶτα τὴν ὑγρότητα τοῦ σπέρματος ἐκκαλέ-

co terebinthina vtendum. Coques verò commodius hæc in vaſe duplici, aut certè igni lento, qualis prunarum eſt: quæ tamen nec ipſæ multæ eſſe debent. Medicamen hoc aptiſsimum eſt ad omnem laſsitudinem, ſeu ſponte ortã, ſeu alia quauis ratione cõtractã. Vtile ſanè medicamentũ eſt & quod ex populi floribus fit. Id tale eſt, Ex floribus populi adhuc conniuentibus, modius Italicus in quindecim aut viginti libras Sabini olei immittitur. Si id præſtò nõ eſt, ſimile aliquod præparãdum oleum eſt. Dictum verò in præcedentibus eſt, ſimile eſſe quodcunq; tenue eſt, nec vllam aſtringẽdi vim habet. Magis verò ad rẽ pertinebit, & ſi modicè cõtritũ ipſum florẽ in oleũ coniicies. Quòd ſi quotidie medicamẽtum dimouebis, idq; potiſsimũ quum ſol feruebit, ac in domo calida repones celerius ita magisq; tũ qualitas populi, tũ vis in oleum migrabit. Itaq; poſt binos ternósve menſes potes flore expreſſo atque abiecto, habere oleũ, quod ſine vlla morſione per halitũ digerat: idq; nihilo minus, quàm abietinum. Quinetiam ceræ, & reſinæ tãtundẽ iniicere licet, quantum paulò antè in id quod ex abiete confici diximus. Si quando verò humidum id quod exprimitur, craſsius videbitur: ſat fuerit, vel quintam partem ceræ

ψαντες, αὐτὸ μὲν ἀπεῤῥίψαμεν τὸ σπέρμα.

id eſt, dein de vbi ſicca accepimus, ac deinceps ſeminis ſuccũ expreſſimus, ipſum quidem ſemẽ abiecimus.

adiici nedum quartã. Ego verò etiã ſextã me addidiſſe ſcio, vbi & oleum craſſum erat effectum, & qui vſurus erat, liquidiore medicamento delectabatur. Nonnulli diu macerari, tum flores,tum ſemina non ferentes,partim ea percoquere in oleo cogũtur,partim aquã iniicere,vtique qui cautiores ſunt: quò videlicet nec torreantur quæ ſunt iniecta,nec oleum vſtionem odore referat.Qui verò his magis ſunt curioſi, in duplicibus vaſis coquunt: hoc fit quum in lebete,in quo ſit aqua feruens, inſeritur exiguum vaſculum, in quod fundi oleum debet:id quod ſanè nos facimus, nõ tamen ad ſemina floréſve coquendos,quippe hac coctione minimè egemus,propterea quòd ea diu maceramus: ſed quũ in conficiendo medicamento, ceram & reſinas liquare in lebete paramus.Qui verò celerius ea præparare cogitur,hunc neceſſe eſt,&(vt prædictum eſt) præcoquere, & ne torreãtur, aquam vinúmve iniicere. Atque ad ea quidẽ, de quibus nũc agitur, vtilior aqua eſt, vinum verò ad podagricos affectus,& vno verbo, articulares. Porrò ſufficit tantulum aquæ admiſceri, quantũ coquendo totum euaneſcet:is modus erit, ſi quadruplũ eius, aut quintuplum oleum ſi. Ergo & hæc medicamenta,ſuccos quicunque non craſ-

ſi,nec lenti in carne cutéque reſident,euaporent : & ad hæc quod ex chamemelo fit oleum,tum ipſum ſolũ, tum verò cera reſináque adiectis. Quorũ modus hic quoque ſatis erit idoneus, ſi ceræ pars quarta, reſinæ duodecima ſit immiſta. Si cui verò nullius horũ,quæ memorauimus, oleorũ copia ſit, huic anethinum præparaſſe eſt facillimũ.Poteſt verò & id medicamentũ, per alitum digerere,ſiue ſolo eo,ſiue cum cera reſinaque vtare.Dãda verò opera eſt, vt in vaſe duplici & anethinum coquatur: vtiliusq; fuerit,ſi anethum viride ſit.quod vtiq;,ſi quo tempore requiris,cõpetet,maturum id eſto.Iam ſampſychinum oleum, hyeme, & regione frigida, ac tẽpeſtate ſimili, idoneũ medicamentum eſt. Habeto verò ceram ac reſinã id quoque,ſi præſertim manere id ſuper vncto corpore diutius ſtudes.Simili ratione Roſmaris herba oleo incoquẽda.Quòd ſi nec ea ſit ad manũ:betæ albæ radix & †cucurbitæ agreſtis, & altheæ, & vitis albæ, efficaciter euaporant,vbi ſuã ipſæ qualitatẽ, vireſq; in oleo aliquo ſimilis facultatis dimiſerũt. Quodcunq; verò ſic præparatum oleũ eſt, in id, ſi vel ceram ſolã,vel cum ea reſinam iniicere voles, non ſolùm pulcherrimum,ſed etiam quod in loco bene hærebit, vnguẽ-

† σικυὸς ἀγρίου id eſt, cucumeris agreſtis.

tum

tum facies. Abundè autem omninò erit, ſi ceræ quartam partem, reſinæ duodecimã inieceris. Si verò etiã duas reſinas iniicies, nempe abietinã, ac pineam, quam στροβιλίνην Græcè vocant, aut tertiã ſuper has therebinthinam, aut etiam hæ, ſi deſint, humidam pini reſinam: ſic quoque medicamentum feceris, quod euaporandi vim habet, iam hæ ſi deſint, aut ea, quę in fictilibus habetur, reſina miſcẽda, aut quam Græci φρυκτὴν dicunt, id eſt, frixam. nec ignoro tamen has ſupradictis imbecilliores, cæterũ non omnino contemnẽdas. Quũ verò reliquus laſsitudinis affectus ſit, in quo ſupra vlceroſum ſenſum copia crudorum in toto corpore congeſta eſt, de hoc quoque dicendũ eſt. Nec eſt inuentu difficile quẽadmodum emẽdetur, ſi quis ea, quæ dicta ſunt, ſequatur. Si enim vbi in primis venis crudi ſucci copia eſt, diſſecandũ nobis eum eſſe, concoquendumq; diximus, cauentibus ſemper ne in habitũ corporis traducãtur: Vbi verò in extremis venis & corporis habitu reſedit, & concoquendum pariter & per halitum reſoluẽdum: nimirum quibus ambo inciderũt, in iis ambæ rationes ſunt miſcendæ. Atq; id ſiquidẽ pari noxa vrgere videbũtur, æquali vtriuſq; reſpectu: Sin alterũ prægrauat, vtiq; totius curatiõis ſtu-

dio in id propenſo,nec tamen altero,quod minus eſt neglecto. Miſcebis autem vtriuſq; curationem,ad hunc modū (nō enim ab re fuerit,exēplo aliquid de hoc egiſſe.) Suaſimus iis, quibus in primis maximè venis crudi ſucci congeſta copia eſt , ſimplici diatrion pipereon medicamento vti.Ergo ſi non modò in his,ſed etiā in omnibus venis ſit,ſuperq́ue in ipſa carne, in principio curationis,ipſo diatrion pipereon vtendū, ſed cui admiſtū petroſelini tantū ſit, quantum aniſi, & thymi,& zingiberis habebat: poſt primū verò diē , magisq; etiā poſt ſecundum miſcendum eidē eſt aliquid diacalaminthes:mox verò partes æquè miſcendæ,procedente deinde tempore,ipſius diacalaminthes plus addendum:ad extremum verò etiā ſolū exhibebitur.Ad eūdem modum , & in reliqua omni victus ratione, quoties pares affectus ſunt, miſcēdæ eorū medendi rationes ſunt:ſed ita tamē,vt inter initia potiores medendi partes iis præſtentur,quæ in primis cōtinentur venis,in fine verò,iis quæ in carne:medio inter hęc tēpore ambæ rationes æquabiliter miſcebuntur. Hæc igitur & prædicta à me ſunt, & patére iam arbitror, qua ratione corrigere oportet,quod peccatum in ſuccis eſt, priuſquā hominem morbus occupet.Ex iis

enim

enim, quæ in vlceroſo affectu retulimus, quum adiunctũ vitioſo ſucco eſt, ratiocinari licet,& de alio quouis,quum ſolus cõſtiterit. Ac de primo quidẽ laſsitudinum genere,in quo punctionis quidem ſenſus, omnes animalis partes infeſtat, ac cæteris vitioſi ſucci redundãtiis, quæ corpori vel ſolæ,vel cũ laſsitudine accedunt fermè diximus vniuerſa:de ea verò laſsitudine,quę à nobis tẽſionis eſt appellata,deinceps agamus. Atq; hanc quidẽ quum citra exercitationẽ conſtiterit, abundantiam indicare aliquam, quæ ſolidas animalis diſtendat, tum aliis quibuſdã probatis viſum eſt medicis,tum nõ in poſtremis Eraſiſtrato.Vbi verò ſanguinis redundantia grauat, dictũ puto ſupra eſt, optimum eſſe vel venã incidere, vel malleolum ſcarificare. Reſumendus verò idem & nunc ſermo eſt vel Eraſiſtrati cauſa, qui nec in alio quouis, neq; verò in hoc affectu ſanguinis detractione eſt vſus. Ac quòd in ſaluberrima quidẽ natura, de qua ſermo habetur, licet alia quoq; ratione eiuſmodi redundantiã emittere, dictũ ſuprà eſt.In vitioſis nanq;, in quibus videlicet vel in cerebro, vel in ſpiritus inſtrumentis, excrementũ ſubſtitit, quantum diſcrimen aditur ſi ſanguinis detractione omiſſa, alia vacuandi ratio-

ne vtare: dicetur alicubi in ſequentibus libris, vbi de vitioſis corporum ſtatibus agemus. Sed & dictum iam eſt libro quem de ſanguinis miſsione ſcripſimus cõtra Eraſiſtratũ: quo minus hoc loco longior de his habẽdus ſermo eſt. Sed ad reliquum & tertium laſsitudinis genus, quũ ſpõtè oritur, tranſeundum: quod in ſuperioribus phlegmones ſimilitudinem repræſentare diximus, & propter doloris magnitudinem, & quòd cum euidenti calore etiã muſculos in maiorẽ molem attollat. Hæc laſsitudo ne paucis quidẽ horis, nedum duobus tribúsve diebus, eodem tenore conſiſtit, prout Eraſiſtrato placet: ſed ſtatim febrem accendit vehemẽtiſsimam, niſi ſanguinis detractione, malo prius ſit occurſum. Quinetiam calidiſsimus eſt in huiuſmodi laſsitudine ſanguis; eiuſq; plurimũ detrahi poſtulãt, qui ea premuntur ferè omnes. Non pauci verò eorũ febricitãt etiã ſi ſanguinem detraxeris. Itaq; nec cunctari, nec parum detrahere conuenit. Sed & maturè educere, & niſi quid aliud vetat, ad animi defectum vſq;. Optimum verò fuerit, bis eodem die, ſi fieri poteſt, detrahere: ac primum quidẽ ita mittere expedit, vt animi defectum homo non adeat: ſecundo verò, ne defectus quidem ipſe eſt formidandus

Quippe qui priore detractione reſolutus eſt, ſecundã ſuſtinere haud poterit: in hac verò ſi quid tale homĩni incidit, facilè reuocabitur. Qui verò ſic affecti ſanguinem non miſerint, hi ſi euaſerint, vtiq; fortunæ beneficio id acceptum ferẽt. Sed nec euadent, niſi alia quapiam ratione leuentur, aut ſanguinis è naribus profluuio, aut largo ſudore effuſo. Porrò æſtimare diligenter oportet, qui ſanguinẽ ſunt miſſuri, in thoracéne, dorſo & lũbis tenſio pulſansq; dolor figatur, an in capite potius & collo. His enim affectis humeralẽ venã diuides: maximè ſi repletũ caput & calidũ ſẽntiũt: illis verò internã. Si verò omnino æqualiter laſsitudo corpus occupat, ambarum mediã. Ac ſi ab inciſa quidem vena febrire cœperint, alterius eſt artis nẽpe curatiuæ his proſpicere. Sin autẽ tum non febricitent, primo die poſt inciſam venã, aut ptiſanæ cremorem, aut ſorbitionem ex alica ſolũ dabis: Secũdo verò etiam lauare licet, cũ copioſo oléo: nutrire verò tametſi laueris, planè moderatiſsimè debebis, lactucæ, ſi placet, aliquid offerens: vel, ſi ſit, cucurbitæ, & ptiſanæ. Eſt & alica nõ inutilis, ſiue hanc aceto, vt ptiſanã, condias, ſiue etiã ſine aceto. Si cucurbitæ copia non ſit, malua, betaque & lapatho & atriplice eſt

vten

vtēdum. Quòd ſi carnē quoq; guſtare velit, ſaxatiles piſces vel oniſcos in albo iure bene elixos dabis. Voco ius album, quū ſine garo, magisq; etiā ſine ſuperuacua conditura, cuiuſmodi καρυκείαν Græci vocāt, præparatur anetho, ſaleque cum oleo, & porri exiguo in aquā cōiectis. Vino autem vtiliter etiam ipſo ſecundo die parcet: tertio verò, ſiquidem aquæ potionē facilè toleret, tunc quoque vino abſtinebit: ſi non ferat, potiſsimùm quidem apomeli dabis. Quippe leuiter refrigerat ea quoq; potio, quo vtique indigēt quæ phlegmones ſenſum habent laſsitudines. Hoc ſi non ſit, album & tenue vinum offeres: aliaq́; pro ratione exhibebis, quæ vt boni ſint ſucci, ita minimè calefaciant. Cauendum verò pręter cętera eſt, ne properè & multū non ſenſim & paulatim renutrias. Quippe qui poſt huiuſmodi exinanitionem, ad priſtinam dietā protinus redeunt, iis corporis habitus crudis ſuccis impletur: quos nimirum antequàm concocti cōmodè in ventre venisq; ſunt, corporis moles ad ſe rapit. Et hæc quidē laſsitudo cōmodiſsimè ad hunc modū curatur. Quam autē ob rē in iis qui hac premuntur, iterari ſanguinis detractionē iubeam, nec hos multū ac ſimul reficere: ſatis profectò fuerit, vel

empiricorum cauſam reddere : nēpe quòd & magis iuuantur quibus ſic eſt emiſſus, & bona valetudine diutius fruuntur qui ſicut comprehenſum eſt,ſunt tractati.Cæterùm & quæ ex natura rei ducitur, rationē appoſuiſſe non ſit alienum. Quoniā igitur in hac, quæ veluti phlegmone fatigat,laſſitudine , vis calidi ſanguinis congeſta in corporis mole eſt, venæ autem ſectio ſuccos è vaſis emittit, vtile eſt poſt priorē detractionē,tantiſper intermittere, dum aliquid eorum,qui in corpore ſunt humores, remigret ad venas.Quod tamen quoniam cōmittendū nō eſt vt in iis maneat, vtpote ex dimidio corruptum,ſed potius plurimū eius expellatur:idcirco detractionem ſanguinis etiam ſecundo die iteramus : aliquando verò & in tertio , vbi videlicet & reuellere,& ex aliis in alia trāſferre viſum eſt conducere.Dictum verò de omni eiuſmodi ratione exactius eſt , in iis , quæ de ſanguinis detractione ſcripſimus : quæ nunc ideò recenſendi locus non eſt , quod & ad medendi artem magis pertinet , & in hoc ipſo fortaſsis opere, plenius de ſanguinis miſsione ſumus acturi. Reliquum ergo eſt vbi docuerimus,nō eſſe à ſanguinis miſsione feſtinanter reficiendū, hîc librum hunc finiamus. Præſumetur autē, &

ad huius ſermonis fidẽ quiddam, quod in opere de naturalibus potentiis eſt demonſtratum. Ibi enim oſtendimus, omnibus iis quæ propria natura reguntur, vim quandã eſſe inſitam, qua ſimiles quibus alãtur ſuccos poſsint attrahere. Demonſtratum præterea eſt, vbi proprio & commodo nutrimento deſtituuntur, vrgeri, vel id, quod non commodum eſt, rapere: tale porrò eſt quod nondum in ventre venisq; concoctũ eſt. Ergo neceſſum eſt quum homo largius ſe cibis impleuerit, eo caſu crudi ſucci plurimum in corpus animalis rapi: idq; multis de cauſis, & quòd deterius in ventre venisque concoquitur quod copioſius eſt: & quod multum in corporis molem ideo ſubit, quia multum ſupereſt: & quòd citius etiam quàm par eſt, propterea quòd vẽter venis, venæ reliquis omnibus animalis partibus rapi quod nõdum confectum eſt, permittunt: quod adeò non facerent, ſi id exiguum eſſet, quod ipſæ haberent. Demonſtratum eſt enim, partes ipſas ex alimento primũ ſua portione frui, mox cæteris tranſmittere. Ergo vltima præcipuaq; noxæ cauſa eſt iis, qui ſic ſunt affecti, quòd quæ in corporea animalis mole habentur partes, vbi multum ſemicoctumq; attraxerunt nutrimentum, nõ paruam excremen-

torum vim ex ea re congerunt:quum neq; perinde ac ſi bonum eſſet, concoquere id omne valent, neq; etiam vt cum corpore coaleſcat,& aſsimiletur,efficere, imò pariũ proſperè ſingulas functiones obire, poſt vitioſum multumq́; nutrimentũ par eſt. Similiter enim his euenire neceſſe eſt,vt vẽtri,quum abundantia malè præparati cibi eſt refertus.Malè præparata voco,quæ elixari torrerí ve debentia, iuſtum in his finẽ non ſunt conſecuta. Ergo ſiue panis nõ ſatis eſt coctus, ſiue caro, legumen ve intra modum elixum,fieri nequit,vt hæc venter probè concoquat.Eadẽ verò ratione ſe habent & quæ in ventre malè ſunt confecta, ad ſecundam concoctionem,quæ agitur in venis, qua malè præparati cibi ad concoctionẽ quæ eſt in ventre. Quinetiã quæ in venis malè ſunt concocta, ſic ſe habent ad concoctionem quæ agitur in carne,quemadmodum ſe habebant cibi, ad eam quæ eſt in ventre: & quæ ex hoc ſubeuntia, ad eam quæ eſt in venis. Ergo nec venter externa quæ ſumpſit, exactè concoquit, nec venæ hæc quæ à ventre excipiunt: ſed nec carnes quæ ex venis, vbi probè antè non ſunt confecta. Atque interim excrementi copiam in corpore prouenire eſt neceſſe. Ac rem quidem omnem, vt breuiſsimè

licuit,iam diximus.Quòd ſi quis dictorum cuiuſq; certam ex demonſtratione ſcientiam cœpiſſe velit, is librũ de naturalibus virtutibus legat: in quo primùm illud liquidò demonſtratum eſt, ventrẽ ſua ipſius cauſa nutrimentum ſuſcipere, vt eo tum fruatur, tum quod ſibi deſit ſuppleat; eoq́; amplecti id vndiq;, ac retinere totũ quoad ſe abundè ſatiauerit. Secundò illud, eũdem vbi ali prætereà non deſiderat, imam ſui partem (πυλωρὸν Græci vocant, id eſt portam) recludere, ac quod ciborũ ſuperfuit, exprimere, peſſumq́; ceu alienũ onus trudere. Deinde, quòd in ipſo trãſitu per inteſtina ac potiſsimùm tenuia, venæ quæ huc pertinent, alimentũ ad ſe rapiunt, quòd ex mora, quam in vẽtre habuit, & alteratum, & animali magis idoneum, eſt effectum: mox in ipſis venis quoq; ab alia in aliam traditur, ad eundem modum quo ex vẽtre in venas, hinc verò iam planè cõfectum in ſingulas pertrahitur animalis partes: vbi tertiam concoctionem nactum, ipſi alẽdo corpori aſsimilatur. Hæc ſi quis ex eo libro colligat, nihil eſt quod cauſam amplius requirat, cur multi, habitu corporis exinanito, niſi ſenſim renutriantur, plurimum excrementorum in toto eo congerant, atq; ex iis non leuiter ægrotent.

CLAV

CLAVDII GALENI DE SANITATE TVENDA LIB. QVINTVS, THOMA LINACRO ANGLO INTERPRETE.

Quæ in quinto libro de tuenda ſanitate continentur.

De ſenũ victus ratione, in ſanis corporibus.

Quo pacto opus ſit partes quæ imbecilliores ſunt exercere.

Quæ victus ratio ſit adhibenda his, qui ætate adhuc ſunt adoleſcente.

Quæ vina ſenibus ſint bibenda.

A quo vſu ſenes opus ſit cauere.

De lacte & illius potu plurima diſſerit.

Curatio quorundam ſenilium affectuum.

Quorundam error in conſulendo ſenibus.

De malè temperato corpore ad mediocritatem reducendo.

Cur non omnibus exercitationes conducant.

Calidi corporis tẽperamẽti tres eſſe differentias.

Quæ vina quibus naturis conueniant.

De triplici ſenectute.

QVINTVM de ſanitate tuẽda librũ ingrediẽs, ſi qui fortè erũt, qui prolixitate operis noſtri grauabũtur, hos primùm ſolari volo: nõ enim noſtra id culpa euenit, ſed propoſitæ rei natura. Si enim fieri poteſt, vt qui breuibus longã contẽplationẽ abſoluit, nihil neceſſarium omittat: fateor errorem meũ, ceu nulla neceſsitate ambages ſecutus ſim. Sin clarius ſimul breuiuſq́; diſſeri de iiſdẽ nõ poteſt, nemo nos meritò accuſet, ſed ipſos potius qui eorũ, quæ neceſſaria ſunt, nõ pauca prætereũt. Eſt verò illud ſimul ex maximè neceſſariis, ſimul veluti elementũ totius artis quæ valetudinẽ tuetur, quòd numeroſæ hominũ ſunt naturæ, prout in confeſſo eſt omnibus tũ medicis, tũ gymnaſtis. Quorũ tamen plurimi ita de valetudine tuenda ſcribũt, quaſi de vno homine agãt, idq́; ne vno quidẽ oſtenſo, quẽ prius iuuerint: quanquam non vnum, ſed multos, quos morbis prius aſsiduis implicatos, ipſi poſteà multis annis in ſanitate, ſua opera ſeruaſſent, indicaſſe, ac ſic ad ſcribendũ acceſsiſſe, par erat. At nos, ipſis rerum effectis id oſtendimus: & iis, qui prius aſsiduis premebantur, morbis, inde adeò quòd ſanitatis præceptis paruiſſent,

in omni integritate ſeruatis, ſic demum de ipſis ſcribere ſumus aggreſsi. Quippe alios exercitari in totum vetuimus: iſtis videlicet exercendi corporis cauſa ſuſceptis, ac ſolis vitę actionibus contentos eſſe ſuaſimus: aliis de multitudine exercitationum demere aliquid iuſsimus, vt totum breuiſsimis complectar: aliis qualitatem tantùm, aut ordinem, aut tempus: aliis vniuerſam earum mutare ſpeciem iniunximus. Aequè verò de balneis præcipientes, vtique quòd aut omnino his ſuperſedendum eſſet, aut ſæpius, quàm antè, vtendum, aut rarius, aut ante cibum tantùm, aut etiam poſt cibum, aut calidioribus, quàm antè, aut magis tepidis, aut frigidioribus: prorſus omnis morbi expertes multis annis reddidimus. At nihil horum facere licuiſſet, ſi neq; naturales corporum differentias compertas habuiſſem, neque debitam cuique ſalubrem victus rationem. Nonnulli verò ex iis, qui de ſanitate tuenda literis produnt, aut etiam ſine ſcriptis de ea præcipiunt, ne ſeipſos quidem defendere à morbis perpetuò potuerunt. Ita quum à cauillantibus, tum alia quædam, tum verò verſus ille obiicitur, ἄλλων ἰατρὸς, αὐτὸς ἕλκεσι βρύων, id eſt, Aliis medens, at ipſe vlceribus ſcatens: aliì id

negotiis imputant, alii ob intemperãtiam ſe ægrotare fatẽtur,ſed horum magis improba,me iudice,defenſio eſt,quàm ipſum quod obiicitur crimẽ. Qui verò iis quæ in vita incidunt, cauſam tribuunt, ſi quidem diaria frebri laborant,ex æſtu, frigoribus, laſsitudine, aliiſq; id genus occaſionibus, hos vindicare à culpa decet,ſin alia qualibet,minimè.Quippe nec ipſi omnino ſine ſebri exegimus, imò ex laſsitudine nõnũquam febricitauimus, nullum aliâs morbum multis iam annis experti.Quinetiam pcuſſus certis corporis partibus, vnde alij phlegmonis bubonibuſq; cõtractis, febricitârunt,ipſe nunquã phlegmonem bubonémve ſenſi,nec febri laboraui: nõ aliũde certè,quàm ex ſeruandæ ſanitatis arte, tanta cõmoda cõſecutus: quũ alioqui nec ſalubrem corporis ſtatũ ab ortu ipſo ſim nactus,nec vitã planè liberam ſortitus:ſed in qua tũ artis officiis ſeruierim,tum amicis, cognatis & ciuibus, in pluribus inſeruierim: tũ plurimã noctiũ partẽ, nonnunquã ægrotantium ipſorum cauſa, ſemper autẽ dulcedinis ſtudiorum gratia peruigilauerim:nec tamẽ vllo ſenſi me corpis morbo tentatũ multis iam annis,excepta (vt dixi) diaria quãdoq; febri:quæ tamẽ & rariſsimè, nec niſi ex laſsitudine incidit, quãuis

in

in puerili ætate, atq; etiã tum in ephebia, tum adoleſcentia, morbis nec paucis, neq; iis leuibus premerer. Sed poſt octauũ & viceſimũ annũ, quum perſuaſiſſem mihi eſſe cõſeruandæ ſanitatis rationẽ quandã: præceptis eius per totã deinceps vitam parui, ita vt ne minimo morbo pòſt laborârim, niſi fortè (quæ tamẽ rarius incidit) diaria febri: quum alioqui liceat hãc quoq; in totum effugere, ſi quis liberam vitam ſit nactus: veluti in ſuperioribus iam oſtendi: fietq́;, ſi quis animũ aduertat, etiã clarius in his quæ mox dicã. Illud enim affirmare auſim, ne bubone quidẽ laboraturos eos, qui præparati ad ſanitatẽ ad vnguẽ ſint, ſi modò eorum corpus ab vtroq; excrementorum genere vacet, & eo quod in quantitate cõſiſtit, & eo quod in qualitate. Atque ad eos quidem, qui nunc ſanitatis tuendæ præcepta dicto ſcriptóve profitentur, vel hæc ſatis arbitror. Prioribus verò, quosq́; nec ſeipſos extra morbum perpetuò nec eos qui ipſis paruiſſent, ſeruaſſe aut aliorũ relatu audiuimus, aut ipſos in ſcriptis ſuis tale quippiã iactare auſos: ne contradicendum quidem cenſeo. Mirandum certè potius arbitror, ſi quis eorum vniuerſam ſanitatis tuẽdæ artem vno libro complecti eſt pollicitus, præſertim non (ſicut Hippocra-

tes) in primis & ſummis capitibus methodū indicans, ſed ſicut nos, omnia ratiōibus firmans: ac prolixitatis quidē ſermonū noſtrorum cauſa iam dicta eſt. Quiſquis autē honeſti, ꝓbiq; ſtudioſus eſt, ac pro iis quæ optima ſunt, diligens: hunc decet non tam artis huius longitudine grauari, quàm magnitudinem eorum quæ promittit, ſuſpicere. Nam qui, quæſo, non magna illa mirādaq; artis opera ſunt, ſi cui nō ab ipſo ortu imbecillum corpus fuit, hūc & ad plurimā perduxiſſe ſenectutē, & ſenſibus illæſis ab omni prorſus morbo doloreq; alienū, atq; integrū perpetuò ſeruaſſe? Ego verò etiā nonnullos quibus ſalubre admodum firmumque natura corpus erat, vidiſſe mihi videor permultis morbis afflictos, ac poſtremò immedicabilibus malis in ſenectute ſaltē oppreſſos: quos tamē fas erat, quod ex naturali habitu fuit, tū ſenſibus omnibus illæſos, tū reliquis corporis partibus ſanos ad vltimam vſq; duraſſe ſenectutem. Quónā igitur pacto turpe nō ſit, qui optima natura ſit præditus, hūc ob podagrā ab aliis geſtari, aut calculo iam cruciatum, & colo, & vlcere in veſica, ex cibis mali ſucci contracto doloribus contabeſcere? Quomodo rurſus nō turpe ſit propter articularem morbū, ſuis ipſius manibus vti nō va-

len

lentem, alienis egere, quibus ori cibos admoueat? † cuíq; ſedes infirma eſt, eo qui in deiectione [ſubminiſtret?] Satius enim ſit, ſi cui vllum omnino pectus eſt, ſexcenties malle mori, quàm tali vita viuere. Quòd ſi quis tam impudens ſimul delicatúsque eſt, vt turpitudinem ſuam negligat: at dolores quos noctes diésque ex vitiis ſuis ſuſtinet, non aliter quàm qui à carnificibus torquentur, certè contemnendi non ſunt: tametſi certè hæc omnia vel intemperantiæ, vel ignorantiæ, vel vtrique imputent oportet. Verùm intemperantiæ corrigendæ hîc locus non eſt: ignorationi eorum quæ agenda ſunt, hoc opere (vt ſpero) medebimur, ſcilicet pro quauis corporum natura, propria ſanitatis tuendæ ratione appoſita. Initiũ verò mihi rurſus ab optima natura † iuſtũ erat, ad cuius curationẽ omne cõſilium dirigitur, nõ eò vt corrigatur, ſed vt in ſtatu ſuo eſt, ſeruetur. Id quod ipſi hactenus fecimus, qui de ea per ſingulas ætates pręter inclinãtẽ (*παρακμαστικὴν* Grę ci vocãt) egim⁹. Cuius extrema pars ſeniũ propriè dicitur, ipſum quoq; in ſuas partes diductũ (vt pòſt dicemus) vbi ea pars artis tradetur, quæ de ſenibus curandis agit, *γηροκομικὴν* Græci vocant. Verùm nunc ſaltem pręcipuis eorum, quę dicta ſunt, repetitis,

† In Graeco legitur καὶ τ͂ τὴν ἕδραν ἀπονίζοντος ἐν ταῖς ἀποπάτοις. id eſt, & eo qui ſedem detergat in alui deiectionibus.

† In veteri legitur nõ δυνηνύειν. Sed διήκειν.

titis, ad vitioſas corporũ naturas tranſibimus : ac quemadmodum cuiuſq; earũ ſeruari valetudo poſsit,trademus. Ergo optimum corpus ad ſui cuſtodiam,hęc in qualitate, quantitate , & facultate poſtulat. In exercitationibus , quæ moderatæ mediocreſq́; ſunt, quæq́; ſingulis corporis partibus æquabiliter ſint adhibitæ : idq́; omni vitato exceſſu, aut ſicubi in quoquã dictorũ ſit erratũ, errore correcto. In edẽdorũ verò,bibẽdorũq́; natura, ſimiliter in qualitate,quãtitate,& facultate, hic quoq; ſcopus eſto ipſa mediocritas,vt nec plura,nec pauciora capiat , quàm quæ vbi concocta diſtributaq; in corpus ſint, idẽq; bene nutrierint:ac ſi opus ſit gliſcẽtibus adhuc,me diocre quippiam adiecerit,nihil relinquet quod vel ſuperuacuũ ſit , vel deficiens. Ad eũdẽ modũ in ſomno, vigiliis,balneis,animi actionibus & aliis id genus mediũ omnis exceſſus ſeruari debebit. Quod ſi in aliquo ſit erratũ,corrigẽdus error eſt.Porrò omnis corrigendi erroris cõmunis eſto ſcopus,cõtrarii exceſſus vſurpatio: ita vt ſi pluſculum pridie fatigatum corpus eſt, demas aliq̃d de exercitationũ modo: ſin minus iuſtò ſe exercitauit, vt exercitii modũ augeas. Eodẽ pacto ſi concitatiore motu eſt vſus,vt hũc modicè remittas: ſin remiſ

ſio

ſiore,vt intēdas. Simili modo ſi robuſtior motus præceſsit, vt pro hoc mitiorē iniungas:pro leuiore contrà qui valentior ſit:& pro lãguido vehementē, & pro vehemēti contrarium, & vno verbo, vt omnem exceſſum cōtrario exceſſu corrigens,in ſanitate hominē cuſtodias.Vt autem corrigendo nō erres, primùm corporis affectus ad vnguē ſcire oportet, deinde omnium eorum,quæ priore die facta videris meminiſſe: nam affectus quidē quod delictum ſit, docebunt. Recordatio eorum, quæ pridie ſunt acta,quantū tibi à conſuetis recedendum ſit, inſinuat. Atq; in affectibus quidē: eiuſmodi exceſſus videas, quod aut gracilius, aut obeſius, aut durius, aut mollius, aut ſiccius, aut humidius, aut rarius, aut dēſius corpus,quàm antè, apparet:cum eo etiã quod nec naturalē coloris gratiam ad vnguē ſeruat.Memoria verò factorum, & quod peccatum eſt oſtendet: & prout corrigetur ex pręſentium collatione docebit. Nam ſi gracilius redditum corpus ſit,æſtimare oportebit, atq; ad memoriam reuocare,plus'ne, quàm par erat,exercitãdo fatigatus homo ſit, aut concitatiore motu vſus,aut fricãdo,lauãdóve modū exceſsit. Ab his mox conſiderare, nimia'ne cogitatione ſit vſus, aut nimium vigilauerit, aut

per aluum longè plura iuſtò deiecerit. Expendi etiã debebit, num domus in qua verſatus ſit, calidior fuerit, aut an parcius comederit, vel biberit, aut veneri liberius indulſerit. Sin obeſius viſum corpus ſit, num frictio [mollior] aut exercitiũ parcius, aut tardius, aut ſomnus lõgior, aut vẽter aſtrictus, aut ciborum copia optimè concoctorum præceſſerit. Si verò durius quàm antè corpus apparet: primùm frictionũ meminiſſe oportet, mox robuſtarũ exercitationum, an hæ robuſtæ, & cũ cõcertatore duro † dẽſantéq; præierint, ad hæc, an in puluere eóq; duro, ac frigido, & an citra apotherapiã: dein balnei: an videlicet hoc planè frigidũ fuerit, an nimiũ calens; præterea, domus in qua dormiens vigilánsve verſatus eſt, num frigida: itémq; ciborũ ſiccitatis, & potiõis penuriæ. Sin mollius quàm prius poſtridie corpus videatur: primùm quidẽ frictionũ meminiſſe conueniet, an molles, & cum pinguitudine, & balneis leniter † tepidis ſint adhibitę. Ab his reuocari ad memoriam debebit, an exercitationes tardæ & exiguæ, cum cõcertatore immodicè molli, præceſſerint. Dein an potio vberior fuerit, mox an cibos plures, aut natura humidiores acceperit, poſtremò an multũ dormierit. Proximus molli corporis

† In Græ. codic. impreſsis legitur πηλοῦντος, ſed hæc vox in veteri nõ habetur.

† In Græ. codic. impreſsis legitur ἀραιοτέροις Sed aptius videtur legiſſe interpres χλιαρωτέροις.

ris affectui, eſt humidus, hoc differēs, quòd mollis ipſorum corporũ propria qualitas eſt: humidus qui in eo continentur humorum. Diſcernuntur hi tactu: nam humidus affectus cum madore cutis eſt, mollis ſine hoc: quanquam eſt profectò & molle corpus humidũ ſuis ipſius partibus. Cæterùm pro doctrinę claritate, hoc molle vocetur, alterum humidum. Ac ſiccus quidem immodicè corporis affectus, habitum ſtatim durum reddit: non tamē cum mollitie neceſſariò coniunctus eſt humidus affectus, poteſt nanq; durata caro eſſe, & tamē mador ſudórve è corpore emitti. Atq; in humecto quidē corporis habitu, vel ex intēpeſtiuo veneris vſu, vel alia quapiã ex cauſa, de virium imbecillitate ſuſpicio eſt, vel corporis raritate, ex immodicè molli frictione, vel nimio balnei vſu, vel aëre domus vbi verſatus eſt, q̃ par erat, calidiore. Habēda prætereà eſt & de potione conſideratio, an ea vberior fuit: & de ſomno, an is maior quã pro naturæ ratiōe, & de aëre ambiēte, num ſe nō ſenſim, ſed ſimul totũ in hũidũ calidũq; mutauit: & de cibis pari modo. In teneritudine verò, ſiue mollitudine (vtroq; enim modo cōſuetudo appellat) quum vtiq; ſine humiditate fuerit, cōcoctum probè nutrimētum eſſe, & corpus

nutritum,ſed exercitatum diminutius eſſe putandum eſt:Contrà in duritie,aut duriter perfrictum eſſe, aut nimiũ exercitatũ, idq; cum duro concertatore, & in puluere iudicandum.Siccitas verò habitus,penuriã potionis,cibíve, aut vigilias, aut vitæ ſolicitudinẽ,aut multam frictionẽ,aut exercitationem immodicã indicat. Hæc itaque cõſiderans corrigere errorẽ quotidie poteris,priuſquàm inauctus error curatu difficilior euadat.Semper autẽ memineris exceſſum omnẽ contrario exceſſu eſſe emendandum, quippe omniũ quæ præter naturam incidunt,omne huc conſiliũ curationis dirigitur. Quare ſi huic præcepto,etiã corporũ quibus præficeris dignoſcendoſum peritiam adieceris,& ſingulorũ remediorum facultates adiũxeris:vniuerſæ iam artis quæ corpori hominis tuendo dicata eſt,peritus fueris. Cuius ope nõ ſanis modò ſuã valetudinẽ tueberis, ſed etiã iis qui ægrotant,priſtinũ ſtatum reſtitues. Atque optimũ quidẽ corpus cuiuſmodi ſit, dictũ iam eſt. Quod ab huius perfectione defecit, ſcire licet tribus id de cauſis defeciſſe: aut quòd ſtatim in vtero vitioſo ſtatu fuit: aut quòd qualibet de cauſa in non naturalem affectum pòſt conceſsit, aut ætatis ratione. Omnia verò corrigenda per cõtra-

rium exceſſum ſunt. Seniũ enim (vt de hoc primùm agam) frigidũ ſiccumq; eſt: veluti in libro de Temperamẽtis eſt oſtenſum. Corrigitur id per ea, quę calefaciunt, & humectãt. Talia ſunt balneum dulcis, & calidæ aquæ, & vini potio: prætereà ex cibis quicunq; humectare & calefacere natura poſſunt. De exercitatione verò, frictione, & omni motu (ab is enim cœpiſſe eſt ſatius, nam rectè illud dictum arbitror: Labor cibũ præcedat) hæc ſcire licet, poëtam ex parte verum dixiſſe:

Vt lauit, ſumpſitq; cibũ, det mẽbra ſopori.
Nanque hæc iuſta ſeni.

Non tamen in hoc totum eſſe poſitum. Poſtulat enim ſenũ, nõ ſecus quàm iuuenum corpus dimoueri: quũ inſitus alioqui calor extingui in his periclitetur. Nam corporũ quæ in florente ætate ſunt, non deſunt quę quietem poſtulãt: de quibus Hippocrates prodidit. Senum verò nemo quietem ex toto poſtulat: ſed nec exercitium vehemens. Ceu enim ventulo quodam excitari accendique calor eorum deſiderat: vehementiore autem motu deiicitur. Ac magnæ quidem flammæ, eius quod ita accendat, minimè egent, quum ſatis ipſæ ſibi & ad tutelam ſint, & vt materiæ dominentur. Ergo † nec à ſomno manè fricari deſi

† In veteri Græ. codi. ita legitur, οὐδ' ἀνατρίβεσθαι ἄμετρα μετὰ τοὺς ὕπνους ἕωθεν οἱ ἀκμάζοντες δέονται. i. neq;

Eos qui ætate florĕt manè à ſomno immoderatè fricare opus eſt.

deſiderant omnes qui ægrotant] ſicuti ſenes:quum eiuſmodi frictionis, quæ cũ pinguitudine adhibetur duplex ſcopus ſit: nẽpe vt vel laſsitudinis affectum ſanet prius quàm inauctus febrem accẽdat,vel imbecillam diſtributionis vim excitet.Nã multos quorum corpori longo tẽpore nihil ex alimẽto acceſsit (ἀτροφοῦντας Græci vocãt) eiuſmodi frictione adhibita : facilè paucis diebus carne impleuimus.Verũ quod aliis ex affectu certo in tempore incidit,id ſenibus adeſt perpetuò,quippe quorum omne corpus frigidum eſt,nec potens alimẽtum ad ſe trahere,atque id probè conficere,ex eóque nutriri. Sed frictio quum & vitale robur excitet,& modicè calefaciat , efficit vt & diſtributio nutrimenti ſit facilior, & nutritio promptior. Hac victus ratione & iuuenes nõ pauci , qui ex eo quòd alimentum his diſtributum in corpus nõ eſt,emaciati ſunt, carnis incrementũ receperũt & ſenes planè omnes,fructum nõ paruũ ſenſerunt. Atque hæc quidem vna ſenibus veluti exercitatio ſit manè adminiſtrata, nẽpe fricatio cum oleo:poſt hanc inambulatio geſtatioq;, quæ tamen ſint intra laſsitudinem,& ex ſenis viribus coniectatæ,quarũ cauſa de cibis potioneq; nõ pauca prius diximus : nunc de exercitationibus quoq;,

exe

exempli cauſa,quædã ponemus, de quibus hæc in ſuperioribus didicimus. Quòd acuta exercitatio(ſic enim vocant,cuius celeres motus ſũt)corpus tenuat:cõtraria,craſſum reddit:multa corpus ſiccat,mediocris obeſum præſtat. Dictum eſt & de cæteris omnibus exercitationum atq; etiã frictionum differẽtiis. Verùm exercitationis formæ,quæ ſenibus vtiles,alienę've ſint, tum ex corporis totius affectu, & cõſuetudine, tũ vitiis ipſis,quę infeſtant,intelligẽtur.Ex totius corporis affectu, ad hũc modũ:nam optimi ſtatus corpus,de quo hactenus ſermonẽ facimꝰ, ſicut in iuuẽtute ad vehemẽtiſsimos quoſq; labores maximè idoneum eſt: ita in ſenecta ſe habet ad omnes mediocres. Quod verò aut craſsis cruribus eſt,aut lato pectore,aut cruribus vltra quã par eſt gracilibus,aut quod exiguo eſt thorace, aut admodũ anguſto, aut valgum eſt varúm ve, aut alio quouis pacto à mediocritate recedens: id ad pleraſq; exercitationum ineptũ eſt.Quippe vitioſæ figurę thorax, in iis quæ per vocem adminiſtrantur offenditur : crura verò per inambulationem læduntur.Ad eũdem modum de manibus, collo, humero , lumbis,coxis,& tota ſpina mihi dictum intellige. Quicquid enim ex his parum ritè ab initio

con

conditum eſt, id ſanè exercitãdo imbecillum potius,quàm firmũ redditur:niſi ſi cui moderatos motus imbecillis mẽbris modicas exercitatiões nominare placet, verùm ita de nomine magis,quàm de reliquis fuerit.Senibus verò quæ præcipua ad ſanitatẽ exercitia ſunt,hæc per valẽtiores corporis partes ſunt obeũda:quippe cũ quibus reliquæ ſimul mouẽtur, exercenturq́;. Quinetiã cõſuetudo maximã vendicat partem, ad exercitationis ſpeciẽ deligẽdam. Nam quę cõſueta ſunt,vt minimè laſſantia quos exercent, etiam delectant:ſicuti è diuerſo, quæ inſueta ſunt,tum diſplicent,tum verò laſſant.Porrò quibus operibus arte opus eſt, ea ne attingere quidẽ ſenes debebunt: non tibia,nõ tuba ſonare, nõ cithara, non magis quàm quæ in palæſtra gerũtur, qui luctæ ſunt ignari.Senes igitur omnes conſuetis laboribus ſunt exercendi,ſed tamen vehementia eorũ remiſſa.Tertiũ quò dirigit,qui exercitationis formã pręſcribit,ab affectione ſumitur, omnis quidem ætatis cõmune, non tamen parẽ vbiq; vim obtinens, quum nec parẽ vbiq; noxam neglęctũ inferat.Quos enim ex leui cauſa vertigines (σκοτώματα Græci vocãt) comitiales morbi,grauis ophthalmia, vel auriũ dolores malè habent iis inclinato capite, dor-

ſóve

ſo've, aut humi volutatis exercitari non expedit: imò tum ambulatione ſæpè, tum curſu mediocri, tum geſtatione in vehiculis citra fatigationẽ vti. Simili modo nec quibus tonſillæ, (quas παρίσθμια Græci vocant) aut vitia, quas antiades appellãt, aut anginæ facilè incidunt, nec quibus prõpiè in columellã, gingiuas, dentes deniq; partem aliquã ex iis, quæ circa collũ, aut totũ caput habentur, fluxiones procũbũt. Quippe nõnulli dimidio capite infeſtãtur Græci ἡμίκρανα vocãt: aliis tẽdones, quos Græci, τένοντας vocant, ex leui qualibet cauſa dolent. Quorũ nemo exercitationẽ ſuſtinet, quæ caput impleat: ſed ſunt his omnibus, quæ per crura gerũtur vtilia: ſicut è diuerſo qui imbecillis ſunt cruribus, his ſuperioribus partibus exercitari eſt ſatius, chironomiis, acrochiriſmis, diſci iactu, alterũ uſu: prætereà his omnibus quæ in palęſtra humi exercẽt. At quorũ mediæ crurũ, brachiorũq; partes opportunæ offenſionibus ſunt, iis quoduis exercitationũ genus idoneum fuerit: modò ne reliquarũ cõſiderationum vlla prohibeat. Quæ tamen circa thoracẽ partes ſunt, magis inferiorũ exercitatione iuuantur, quæ circa veſicã, & renes, ſuperiorũ: lienis, vẽtriculus, iecur, inteſtina, & colon, ſicuti in medio ſuperiorum

inferiorumq; ſunt, ita ſe ad exercitationes habent. Frictiones tamē partibus infirmis quo tempore laborant, admouere non cōuenit, vbi ſanæ ſunt, conuenit vel magis quàm aliis & potiſsimùm ſiccas: quas & per linteū & ſolis manibus liberaliter adhiberi expedit. Quinetiam qui certa periodo redeunt quibuſdam partibus dolores: hi ne fiant: non parua ex eiuſmodi frictione cautio eſt, ſi medio tēpore præcipueq; ſi duas vel tres horas ante acceſsionē adhibita ſit: firmantur enim eæ partes, & conſuetas fluxiones minus admittunt. Atq; hæc quidem nō ſenum modò, ſed & qui aliam quamlibet ætatem agunt, omnia ſunt communia. Nō exercitari verò imbecillis partibus, ſolis ſenibus ſuadeo: ex cæteris quāto quiſq; remotior à ſenio fuerit, tāto illi magis exercitanda pars. Quod vtique & quò clariora, quæ dicimus ſint, exēplo proſequi non grauabor. Finge corpus aliquod ex iis, quę adhuc augiſcūt, gracilibus eſſe cruribus: huic picari crura conducet, & modicè fricari, & curſu vti potius, quàm alia quauis exercitatione. Porrò pręfici ei quempiam oportet, qui modum in motu præſcribat, quò neq; intra quàm expedit exercitetur, neq; adeo vltrà vt laſsitudinem ſentiat. Id tametſi nō in exercitationibus modò, verumetiam in

aliis

aliis omnibus difficile intellectu ſit: nos certè facile eſſe oſtendimus,in iis ſaltē quę ad ſalubrem victus rationē pertinēt. Neq; enim in his præceps occaſio eſt, ſicuti in morbis:imò vbi à tutiſsima in ſingulis mēſura inceperis, & ſimul quod ex ea ſecutū eſt æſtimaueris,licet vel addas aliquid quotidie, vel detrahas, ac, quod omiſſum eſt, corrigas:veluti ſtatim de his quibus gracilia ſunt crura.Ipſe nanq; quū aliquādo traditum mihi tredecim annorū puerum, toto augmēti tēpore,ad ea quæ prædixi præcepta curaſſem: reddidi iuuenē cōcinnum legitimiq; modi. Nam primo die illitum prius pice †bis deinceps (vt ſoleo) iuſsi currere,]nec celeriter,nec multū:ſecundo die frictione quæ in qualitate quidem eſſet duræ mollisq; media,in quantitate verò exigua,atque hac cum pinguitudine adhibita præmollitū iuſsi paulò plus currere quàm prius,non tamē celerius.Ab ipſo verò curſu ea quæ apotherapiæ debetur, frictione ſum vſus, iuſsi verò quotidie ambulare, ſed inter initia modicè,pòſt verò modum augere. Aeſtimabam quoque in cruribus tum alia, tum præcipuè venas, num amplius increuiſſent, quàm pro crurum bene alendorum ratione, quippe id graue eſt,& quod tempore tum fluxiones humorum

† In veteri Græ. codi legitur δὶς ἐφεξῆς vt vertit interpres, ſed in impreſ. legitur δὶ ἐφεξῆς i. deinceps. ita vt dictionem bis nō includat.

aſciſcit,tum valgos facit, haudquaquã bonum habitum crurum.Ergo non huic modò notæ te eſſe attentum cõuenit,ſed & illud obſeruare,num calidiora iuſtò reddita crura ſint, nũ laſsitudinis quippiã ſentiãt. Nam ſi nihil horũ apparuerit: augeri tum ambulationis modũ, tũ curſus oportebit, atque etiam alternis diebus picari. Sin aliquid eorum cernitur:tum & crura nõ pro cõſuetudine deorſum ac prona, ſed cõtrario ſitu,id eſt,ſurſum habita in lecto collocare cõueniet: & copiam omniũ, quæ dixi, minuere,minus inambulare,minus currere iubere,frictione infernè ſurſum vti.Hęc facies, vbi naturalẽ planè habitũ crura receperunt:rurſus ad eum quẽ cœpiſti remediorum vſum redibis, aut exiguis eorũ incrementis vſus,aut etiam eũdem perpetuò modũ ſeruans,adhibebis, & quas rotundas frictiones vocãt(hæ medię ſunt durarũ ac mollium)aliâs à ſuperioribus,aliâs ab inferioribus partibus incipiens.Aliquãdo verò & puluere prius inſperſis cruribus,oleũ infundes,mox fricabis. Eſto verò puluis qui appellatur pinguis,ſanè ita appellãt,in quo nec aſperũ quippiã,nec acre ſubeſt. Quippe extenuat potius, quàm carnẽ auget,quiſquis aut pumicoſam aſperitatẽ, aut nitroſam ſalsámve acrimoniã in ſe habet.Si cui

ver

verò craſsiora quidem crura ſunt, brachia verò cubitiq́; gracilia:huic omnia quę per manus fiunt exercitia,ſunt petenda:fugienda verò quæ cruribus obeuntur,frictiones tamen & picationes ſimili modo fiant, aliaq́; quæ de exercitiis crurum iam diximus. Neque enim parua in ipſis differētia eſt, aliis omnino ad motū inualidis, etiā ſi ſeptuageſimum ætatis annū nondū attigerint,aliis multò his robuſtioribus, qui etiā ſupra octogeſimū ſunt nati.Ergo qui imbecilliores ſunt, hos geſtatione potius quàm inābulatione dimouebis : validiores vtroque genere exercitabis, agesq́; ad ſecundā frictionem vtroſq;, nō tamē ſimiliter, ſed ſemper imbecilliorē citius. Nam id quoq; ex maximè cōmunibus præceptis eſto: vbi imbecillæ vires ſunt, crebra exiguaq́; frictione vtendū:vbi validæ,rara, multáque. Sed hæc atq; alia, vt dixiſſe quidem eſt facillimum:ita præeſſe ſenis ſanitati tuendæ, ſanè eſt difficillimū,æquè vt eorum,qui ex morbo cōualeſcunt. Porrò hāc artis partē appellāt iuniores medici, Græcè analepticē,quaſi refectricē dicas: illā,quæ ſenū ſanitati proſpicit,gerocomicē. Vidēturq́, hi ambo affectus non eſſe exacta planè ſanitas,ſed vel morbi, & ſanitatis affectus quidam medii, vel omnino eius ſanitatis non

eſſe,quæ firma cõſtansq; ſit,quam καθ' ἕξιν appellant,ſed eius potius quæ fallax incertaq; ſit,quã iſti κατάσχεσιν nominãt. Ergo ſiue morbum,ſiue morboſum quendã affectum,ſiue medium quiddam ſanitatis morbiq;,ſiue κατάσχεσιν ſanitatẽ ſenium appelles:huiuſmodi quæſtionibus quum nos leuiſsimi homines petunt,pro nihilo habitis ſcire licet ſenilis corporis ſtatum,quoniam ex leui momento in morbum decidit,ſimili ratione iis,qui ex morbo cõualeſcunt,in victu eſſe curandum.Quare dictu quidem facile eſt,ſeni expedire manè oleo vngi ac fricari:cæterùm aptè hæc opere peregiſſe, omnino difficillimũ eſt. Nã durior paulò frictio laſsitudinem affert:præmollis verò inefficax eſt,ſicut etiam quæ exigua omnino eſt:aut multa magis per halitũ digerit, quàm ad nutritionem conducit: iam locus ipſe vbi corpus ſenis nudatur : ſi frigidior eſt,non ſolùm nihil affert cõmodi,ſed etiã denſat & refrigerat : ſin iuſtò calidior eſt, hyeme quidẽ vbi rarius corpus effecit, frigori obnoxium reddidit,ęſtate verò & per halitũ exhaurit, & vires deiicit. Qui enim καθ' ἕξιν ſani ſunt, his ne vehemẽs quidem cauſa corpus alterat:Seni verò vel minima cauſa maximę mutationis occaſio eſt.Similiter igitur ſe habet in cibi tum qualitate,

tum

tum modo : quippe in quibus ſenes, ſi breue quippiã trãſgreſsi limites ſint, non leuiter læduntur, quũ iuuenes vel ex maximis erroribus minimum noxæ ſentiant. Ergo tutius eſt imbecillo ſeni, exiguum dare ter die : ſicut Antiochus medicus ſolitus eſt ſe cibare, iam quidẽ annos natus plus quàm octoginta, ac quotidie ad forũ progrediẽs in eum locũ, vbi cõcilium ciuium conuenerat : interim etiã longa via ad ægros inuiſendos pergens: Cæterùm domo in forum, quaſi trium ſtadiorũ ſpatium pedibus confecit. Quo etiã modo infirmos, ſi quos propè habebat, inuiſit. Longius verò, ſi quò erat eũdũ, partim geſtatus in ſella, partim vehiculo vehebatur. Erat autẽ ei domi domuncula quædã, quę hyeme calebat camino: æſtate citra ignem bene attemperatum aërem habebat. In hac manè omnino fricabatur, tam æſtate quàm hyeme, vtiq; deiecta prius aluo. In foro autem loco aliquo circiter horã diei tertiam, vel ad ſummum quartam, ſumpſit panẽ cum Attico melle, plerunque cocto, rarius crudo. Poſteà partim cum aliis commentans, partim ipſe ſolus aliquid legens, ad ſextam vſq; horã perſeuerabat. Ab hac tum in publico balneo fricabatur, tum verò exercitabatur, aptis ſcilicet ſeni exercitationibus : de quarum

forma paulò pòſt agemus. Mox lotus, prādebat mediocriter: primū iis ſumptis quæ aluū deiiciunt: poſt hæc maximè piſcibus, vel quos ſaxatiles vocāt, vel qui in alto mari degūt. Rurſus in cœna, à piſciū eſu abſtinuit, ſed boni ſucci aliquid, ac quod nō facilè putreſceret, ſumpſit: vtiq; aut far cum mulſo, aut auem ex iure ſimplici. Atq; hac quidem victus ratione Antiochus in ſenio vſus, ſenſibus illæſis, mēbriſq; omnibus integris ad extremū durauit. Telephus autē grāmaticus prouectiore quàm Antiochus ætate fuit, vt qui centū ferè annos vixerit. Is verò hyeme, bis menſe lauabatur, æſtate quater, mediis harū tēporibus, ter. Quibus verò diebus non lauabatur, his circa tertiam horā vnctus eſt cū exigua frictione, mox mel optimum crudum, alicæ in aqua coctæ permiſtū eſitabat: eoq; ſolo contentus pro ientaculo fuit. Prandebat ſeptima hora aut paulò citius, primū oleribus ſumptis, deinde piſcibus guſtatis aut auibus: veſpere autē tātum panē ex vino miſto edebat. Sanè vinum ſicuti pueris eſt alieniſsimum, ita ſenibus eſt aptiſsimū. Eſto autem id ex his quæ calidioris naturæ ſunt: qualia ſunt in Græcia quidē Ariuſiū & Lesbiū, & quod Myſium vocant: non ex ea Myſia quæ ad Iſtrū eſt, ſed ex ea quæ Helleſpontia

tia dicitur, quæ nimirũ in noſtra eſt Aſia, Pergamo vicina, Ex Italicis verò, Falernũ & Surrentinum: proxima his ſunt in Italia quidẽ Tiburtinum & Signinũ ambo vetera: quando nouella nec deductionẽ nutrimenti in corpus adiuuant, nec vrinas promouent:ſed diu in vẽtre fluctuãtia permanent. Secundo ab his loco ſunt Adrianũ & Sabinum,& Albanũ,& Gabrianum, & Triphilinũ: prætereà omnia Aminæa quæ in Italia naſcuntur, & circa Neapolim, & in Tuſcia.Cæterũ Myſiũ Surrentino ſimileis vires habet: Falerno verò quod è Tmolitis eſt optimũ.At Sabino & Adriano,Titacazenũ &†Ariuſium ſunt ſimilia. Ergo de his modicæ antiquitatis bibẽdum ſenibus eſt, vtiq; quibus valentius caput nõ eſt:quibus autẽ eſt, his & Falernum, & Surrentinum,& Ariuſium,& Lesbiũ, & Myſium,& Tmolites idonea ſunt. Ergo in omni regione ad prædicta exempla deligere ſibi quiſq; idoneũ poterit: huc videlicet omni cõſilio vini pro ſenibus deligendi directo vt in ſubſtãtia ſit tenuiſsimũ, colore, quod Hippocrates κιῤῥὸν,id eſt fuluum,appellare ſolet:poterat autẽ & ξανθὸν, id eſt, flauum id appellare Cõmodum verò vinum eſt & quod ὠχρὸν,Grçcè,id eſt,pallidum dicitur, vtiq; quod medio colore eſt, inter flauum

† Mẽdosè legitur in Græc.cod. impreſſis ἀριὐσιος pro ἀρουϊνος, id eſt Arſyinũ vt eſt in veteri.

& album. Quippe ſi flauũ albo miſcere libeat: quod ex ambobus cõfit, pallidum euadet. Etiam aquæ admiſtum flauũ eiuſmodi colorem reddit: verùm pro maiore minoréve aquæ modo, aliâs pallidũ, aliâs veluti quod Græcè ὠχρόλευκον, id eſt ex pallido albicãs, vel quod ὠχρέξανθον, id eſt, ex pallido flauum apparet. Calidiſsimum ergo ex iam dictis, ſi colorem ſpectes, flauũ eſt: minimè verò calidum, albũ: quæ media inter hæc ſunt, prout alterutri magis accedunt, ita vim eius exhibent. Vnũ igitur illud maximum ſenibus commodum ex vino accedit, quòd omnia eorum membra calefacit: Alterum, quòd per vrinas ſerum ſanguinis expurgat. Itaq; etiã optimũ id ſenibus eſt, quòd hæc maximè præſtat: porrò id eſt quod ſubſtantia quidem tenue eſt (quippe vrinas mouet) colore autẽ flauũ: proprius enim is eſt præcalidorum vinorum color. Itaq; etiam quæ valde ab initio alba ſunt, ſi inueterauerint, flauitiem quandã contrahunt: vnde primũ pallidula, mox verò planè pallida fiunt. Quòd ſi longiſsimo tempore ſeruentur, ex pallido flauentia cernũtur: nã vt omnino flaua fiant, quæ alba vina ſunt, fieri certè nequit. Quæ verò ex pallidis aut flauis vinis, ſubſtantiæ pinguis ſunt, hæc & ſanguinẽ augẽt, & corpus nu-

tri

triunt:quò fit vt ea vtilia ſenibus interdum ſint,vtiq; quo tẽpore,nec ſeroſam humiditatẽ in venis habent, & ali liberalius deſiderant.Plurimum tamen qui hac ſunt ætate,iis vinis indigent,quæ vrinas cient:propterea quòd aquoſum excrementũ in ipſis abundat. Quæ verò diu in ventre morantur,eorũ ſanè nullũ aptum ſeni eſt.Eius generis ſunt, & Aminæum à Bithynia, & ex Italicis†Murſum & Signinum & Tiburtinum, quoad videlicet ſunt nouella. Verũ hæc omnia alba ſunt, nigra verò reliqua: quorum craſſa,quæ quidem aſtringunt, ea longo tempore in vẽtre manẽt,& fluctuationes in eo excitant, veluti quod in Cilicia naſcitur Sybates: & quod in Aſia natum Aegauſien vocãt & Perperimũ. Quæ verò citra aſtrictionẽ nigra craſſaq; ſunt, quod genus ſunt Scybelites & Theræum: ea minus in ventre morantur, vrinas tamen nec ipſa mouent,ſed deorſum properant: itaq; etiam ante cibum illa ſumunt. Cæterũ ea ſenibus vtilia non ſunt,nec quũ præbibuntur,nec multò magis alio quouis tẽpore ſumpta,veluti, nec aliud quicquam quod craſſum efficiat ſuccum, quippe obſtruuntur his iecur, lienis, & renes. Vnde fit,vt ſenum,qui his liberalius vtuntur, alii aqua intercute, alii calculo laborẽt. Si quis

†In veteri Græ.co. legitur μάρσος, id eſt, Marſum ſed mendoſè inimpreſſis μύρσος.

ergo

ergo ſenum dulci vino vti à balneo velit, vbi manè comederit,ſicuti Antiochum ſolere diximus, huic optimũ Phauſtianũ Falernum fuerit,aut ſi eius copia nõ eſt ſimile aliquod. Porrò ſimilia fuerint quæ dulcia ſimul & pallida ſunt, proxima his ſunt Therenũ & Cyriẽnũ.Non vetem etiã nec iis quæ melle cõdiantur,ſenes vti, maximè quibus ſuſpicio eſt calculi in renibus gignẽdi,aut podagræ alicuius, articularíſve morbi impetus futuri. Porrò vinũ huiuſce modi cõpoſitioni aptiſsimũ fuerit Sabinũ, aut ſimile aliquod. Coniicitur autem in id petroſelinũ:atq; id ſolum articularibus ſatisfaciat.Iis qui calculo laborant,etiam aliquid Betonicæ,& Ceſtri, qui in Galliis naſcitur,eſt immiſcendũ:vocant autẽ herbam eã ſarxiphagon.Qui verò curioſius id medicamentũ cõponunt, etiã ſpicæ nardi aliquid iniiciũt.Sunt verò & alia quædã,quibus vrinas mouendi vis ineſt.Verũ ſimplicẽ potionẽ pleriq; ex vino melleq; conficiunt, adiecto rutæ piperiſq; exiguo.Si verò prius quàm lotus eſt comedit quippiam, nec venter eius vllo auxilio eget : vinũ album, & quod parũ aquæ tolerat, à balneo bibat. At quæ craſſa, dulcia, & nigra vina ſunt,ea omnia propterea quod obſtruũt viſcera,ſunt fugiẽda.Verùm obſtructio, quæ

ex vino incidit, mediocris eſt:quæ verò ex cibis iis naſcitur,qui ſuccū craſſum, lentūq; creāt:huic nō facilè ſuccurritur. Quò magis cauendū ſenibus eſt à multo † fairis aut *caſei,aut ouorū,aut cochlearum, aut bulbo[illegible],aut lentis,aut ſuillæ carnis eſu: multoq; magis ne anguillarū, aut oſtreatum, aut deniq; eorū,quorum dura caro difficiliſq; cōcoctu eſt, vſum frequentēt. Ob eandem rationē, nec eorū, quæ teſta integuntur (ὀστρακόδερμα Græci vocant) aut cartilagineorū,aut thynnorum,aut deniq; cetarii generis vllū, vtile his eſt. Sed nec ex carnibus,ceruina, caprináve, aut bubula. At hæ potius nec alii vlli ſunt vtiles. Ouilla verò iuuenibus quidē non malus eſt cibus: ſenibus verò , nec ea eſt cōmoda, atq; etiā hac multo minus agnina , quippe quæ humida & muccoſa,glutinoſa, & pituitoſa eſt. Hædina verò ſanè non incōmoda ſeni eſt, præ tereà aues eæ , quæ extra paludes , ac flumina, ſtagnaq; degunt. Salita verò omnia meliora recentibus ſunt. Ergo(ſicuti diximus) ante omnia cauendum ab iis,qui obſtruant,cibis eſt,quòd ſi res cogat aliquando copioſius his vti, protinus ſumēdū medicamentū diacalaminthes eſt, cuius compoſitionē ſuprà in quarto poſui. Eius ſi copia non eſt,dia trion pipereon petendum, ſin

† χόνδρον id eſt, alicæ.

** πυρῶν, legitur in Græc.cod. impreſſis, id eſt, tritici, ſed in veteri legitur τυρῶν, ſicut legit interpres.*

ſin ne id quidē ad manum eſt, piper album tuſum, cribratūq; diligenter, ac in pollinē redactū, & cū cibis eſſe, & potioni inſpergere: ſed & cæpas eſitare tū expediet: quin etiam allium, ſi huic aſſueuerit. Antidotus quoq; ex viperis, quam theriacē vocant, non incōmodè ſenibus detur: potiſsimū vbi poſt obſtruentes cibos, ea quæ obſtructiones liberēt, ante hanc exhibueris: tum enim efficaciſsimū ex theriace præſidium expectes. Quòd ſi ab iſtiuſmodi ſubducta aluus ſit, vtiliſsimè theriacē poſtridie dederis. Aequè verò & quàm Ambroſiam, & quam Athanaſiam vocant, aliaq; id genus medicamēta, quæcunq; ex prædictis aromatis ſunt cōpoſita: ſeni tamē, qui accuratè ſibi proſpexerit, nuſquā tali medicamēto opus erit. Sed ſi quando extenuante victus ratione egebit, ſatis facient quæ alio opere ſeorſum ſcripſimus, in quo de extenuante victu diſſeruimus. Iam illud patére arbitror, panē quoq; his exhibendum, qui nec ſalem, nec fermentum, nec ſubactionem, nec iuſtā coctionem deſiderēt: non autem vt iſtā publicè laudatam ſimilaginem, aut quæ ex ea fiunt, bellaria: quippe omnia talia non ſolū coctu difficilia, ſed etiam mali ſucci ſunt, viſceraq; obſtruūt. Ac niſi placētis, quæ ex butyro & ſimilagi-

ne fiunt, mel affatim eſſet admiſtũ, nullus cibus omnibus hominibus, nedũ ſenibus, magis erat aduerſus. Cæterũ quid noxiis ſalubria miſceas, quum liceat melle per ſe vti partim cocto, partim crudo cũ pane? Cura verò maior habẽda eſt de panis bonitate quàm mellis: nã mel profectò melius fuerit, quod ſpecie ac viribus Attico ſit ſimile. Quod ſi tale nõ dat̃, quolibet vtare, modò ne mali odoris ſit, néve cerę qualitates apertè præferat, néve pręſertim qualitatẽ quampiã extraneã. Adeò verò panes id genus, quale modò retuli, vtile quicquã ſenis corpori nõ cõferunt, vt etiã ſint alieniſsimi, atq; hoc amplius, quò ſint magis puri. Video autem athletis id genus ſtudio præparari: verũ his ad ea, quæ moliuntur, aptum eſt. Seni, niſi multum admiſtũ ſit ſalis niſi multum fermenti, niſi diligentiſsimè ſit coctum, craſſum efficit, ac glutinoſum ſuccũ, qui nec vlli alii eſt vtilis copioſius inauctus. Ergo & obſtructiones in iecinore, liene, & renibus facit, maximè quibus in his viſceribꝰ vaſorũ exitus anguſtiores natura ſunt. Nã ſicuti in iis venis, quæ palã oculis ſubiiciuntur, nõ parua amplitudinis diuerſitas cernit̃, tũ alterius hominis ad alterũ, tũ in vniꝰcuiuſlibet partibus: ſic in iis, quę intus latẽt, ſe habere putãdũ: hãc

tam

tamen differentiā prius quàm experimēto ſit explorata, internoſcere non eſt. Experientiā intelligo, quā ex eorū quæ ſumuntur, ſingulis facere licet: [ita vt ſi quis hæc craſſa ſumere ſit aſſuetus, nec tamē offenditur, latas habere prædictorū viſcerū venas ſit putādus: ſin facilè offenditur, anguſtas.] Nouimus enim ſenem quendā agricolā qui amplius quàm cētum annos ruri vitā egerat, huic plurimū nutrimēti caprinum lac erat: quod aliâs cum mica panis in eo macerata ſtatim ſumpſit, aliâs mel immiſcuit, aliâs coxit, etiā thymi cacumina vnà cū pane iniiciens. Hūc quidā imitatus, videlicet tam longæ vitæ cauſam ratus in lacte ſubeſſe, perpetuò lædebatur, quocunque id modo ſumpſiſſet. Nā primū illi grauabatur os ventris: mox tendebantur in dextro præcordia. Alius quoque ſimili modo quum lacte vti cœpiſſet, de reliquis nihil eſt queſtus: quippe qui & probè id concoxit: nec acidū, aut fumidū ructum ex eo ſenſit, nec flatū aut grauitatē in præcordiis: ſeptimo tamē†quum ſumpſerat] die, iecur ſe ſentire manifeſtè grauatū dicit: quippe videri ſibi quiddā in dextris præcordiis ceu lapidē iacére ſic, vt & deorſum traherentur, quæ ſuprà eſſent, & tenſio ad iugulū vſque pertingeret. Conſtat

[Hæc in Græc. cod. non habētur, ſed interpres ex veteri verſione ea eſt mutuatus.

† In Græ. legitur μετὰ τὴν ἀρχὴν, *id eſt poſtquàm eo vti cœpiſſet.*

ſtat

ſtat itaq; huic obſtructum iecur fuiſſe: illi flatu intumuiſſe. Quinetiam noui, cui ex diuturno lactis vſu calculus in renibus eſt natus, ſicuti aliũ quẽdam, qui omnes dẽtes amiſit, læſitq́;. id verò aliis quoque multis cõtigit ex diutino lactis vſu. Alij rurſus citra noxã lacte perpetuò ſunt vſi: imò etiã cum maximo fructu, veluti agricola, quẽ ſupra centum annos vixiſſe diximus. Vbi enim nec qualitas lactis vtẽtis naturę quicquam eſt aduerſa, & viſcerũ tranſitus faciles, propter venarũ amplitudinem ſunt: qui ita ſunt affecti, ij cõmodis lactis fruuntur, omnis eius incõmodi expertes. Porrò cõmoda lactis iam aliis ante me medicis dicta ſunt: nempe vẽtris moderata deiectio, ſucci bonitas & nutritio: paſcuis quoque ipſis animaliũ, quorũ lacte vtendũ eſt, non parum ad hæc cõferentibus, quanquã ſunt qui paſcuorũ rationẽ planè pro nihilo habeant, quaſi nihil parúmve ad lactis bonitatem conferant. Cæterùm haud dubiè videmus animalium quorum vſuri lacte ſumus, ſi ſcammonia, aut †marinarũ lactucarum] quapiam veſcantur, in lacte quoque laxandi vires ineſſe. Ex quo patet, quòd ex vitioſo paſcuo acre, acutum, & auſterum reddetur, naturã videlicet herbarum imitatum. Itaq; etiam qui ante nos medi-

†τιθυμάλλων, id eſt tithymalorũ, & plures ſunt ſpecies, quas omnes Latini lactucas marinas, & herbas lactarias appellant.

t ci fue

ci fuerunt, ipſo rei vſu docti, quædam paſcua vtiq;,quæ lacti eſsēt inepta,ἀγάλακτα dixerunt,ita enim Græcè appellāt,de quibus ipſi quoq; alibi tractauimus. Nunc hactenus ſaltē de his intellexiſſe abundè eſt, animalium quorum veluti optimi ſucci lacte ſis vſurus,neq; acria, neq; acuta,neque admodum auſtera debere eſſe nutrimēta. Illud verò, vel me tacente, conſtare arbitror, animal ipſum ex florente ætate eſſe, & corporis habitu planè inculpato debere.Satiuſq; fuerit alterū caprā,alterum aſinā eſſe,earūq; lacte vicibus vti:quippe aſinæ lac tenue, ſeroſumq́; eſt:capræ mediocris ſubſtātiæ eſt, itaq; hoc nutriet magis, vbi videlicet nutritione eſt opus: illud omnino tutius eſt.Nā & ſiquando ſolū cum pane ſumitur,tū citius ſubducitur, tū minimè eſt flatulentū:ſed nec in vētre cogitur, potiſsimū ſi prius ſalis aliqd, & mellis immiſeris.Oportet autē non huius modò,ſed etiam reliquæ omnis auxiliorum materię vires ſeorſum prædidiciſſe, qui ipſis rectè ſit vſurus, ne ſæpè nobis de ipſis eadē repetere ſit neceſſe. Ac nunc certè mihi videor longius,quàm pro re propoſita,de lacte,vinoq; diſputaſſe. Siquidem præſtitiſſet,commoditate eorum in ſenes explicata,qui iam tum facultates vtriuſque publi-

cas,

cas,tum priuatas differẽtias didiciſſet,hũc ad materiæ delectum remittere,vtique de vino tantiſper præfatos quòd quæ calidiora ſunt , quæq; vrinas mouent , ea ſenibus magis conducant. De lacte verò quòd nõ omnibus ſit exhibendum , ſed iis ſolis qui id probè cõcoquant,nec vllum ex eo ſymptoma in dextra præcordiorum parte ſentiant. Sed quoniam interim propter multorum ad legendos eos libros , in quibus prolixius de præſidiorum materia diſſeritur,faſtidium, longiores eſſe ſubinde cogimur:meritò (vt arbitror) nunc quoq; condonabitur nobis tractationis modus,ſi exacta breuitate in vniuerſali methodo minimè vtimur. Illud tamen nõ ignorandũ, fieri nõ poſſe,vt tutò quis cõprehenſis materiis ex eiuſmodi ſolùm doctrina vtatur, qualẽ modò de lacte , vinoq; tradidimus. Imò qui iis optimè vti volet , didiciſſe hũc prius oportet ꝓpriã de omni materia tractationẽ, in qua tũ publicas materiæ vires æſtimauimus,tũ priuatas eius differentias vſq; ad vltimas ſpecies. Neq; enim de cæteris omnibus,quæ ſcire opus eſt ei,qui ſenis ſanitatem tutabitur,expedit hoc opere fusè tractare : ſed ſatis eſt de quibuſdã ſcilicet quæ ſenibus maximè ſunt neceſſaria, ita determinaſſe, quẽadmodum paulò an-

te de lacte vinoq; egimus : de quibuſdam etiã breuius, quàm vt de his fecimus: ſicuti rurſus de aliis in totũ nihil dixiſſe, quãquã cui extendere ſermonem cordi eſt, poteſt omniũ quæ in ſenibus abundare ſolẽt, meminiſſe, atq; ad hunc modũ dicere. Cæterùm ſatius eſt, & de reliquis dicere quæ ſenum pleriſq; incidunt: vt ſunt raucedines, quos βράγχους & †diſtillationes quas κόρυζας Græcè vocãt, & calculus in renibus, & articulares morbi, & podagræ, & aſthmata aliaq; id genus. Atq; ad raucedines quidẽ, & diſtillationes, victus rationẽ hanc, medicamẽta verò hęc cõparare oportere: ad calculũ verò & reliquorum ſingula hæc. Atq; ad eũ modũ de reliquis diſſerẽs, nõ diligẽs modò videbitur, ſed etiã in ſenũ curandorum ſcientia doctus. Verũ ſicuti nec horũ quicquã ſcribi in tractatione de ſenũ curatione conuenit, quũ præſertim ex morborum curandorũ methodo, quiſquis in hac ſit exercitatus, ea liceat ſumere: ita rurſus nec quum ſola cõmunia dixeris, ibi deſiſtere, ſed ipſis propoſitis, aliqua mox ex particularibus ſubiicere, quæ maximè propoſitæ diſputationi ſunt accõmoda, ceu ipſi fecimus. Nam quoniã in iis cõmentariis, quos de tẽperamẽtis ſcripſimus, indicatum eſt, ſeniũ indubitatò frigidũ eſſe, nõ tamen

† Grauedines erat vertendũ.

indubit

indubitatò ſiccum, vtpote nonnullis id humidum eſſe affirmãtibus: cõuenit ſanè, vt iis quæ de ſenum tẽperamento demonſtrata ſunt, ad hanc artis partem quam de ipſorum ductu nunc inſtituimus, hypotheſeos loco acceptis, ipſarum rerum ſcopũ ab illo ſumamus, ac nonnulla particulariũ tractemus, partim exercẽdi diſcẽtis cauſa, partim ad inuentionem eorũ, quæ conſultò omiſſa ſunt, futura veluti exẽpla: propterea ꝙ nõ omnes ita ſunt ſolertes, vt ex ſolo vniuerſali pręcepto, ipſi particularia inueniãt, ſed qui ad ea veluti manu ducat, deſiderẽt. Quippe quibꝰ exercitata ratiocinatio eſt, vbi ſenis corpus, quantũ ad ipſas partes attinet, frigidum, ſiccumq́; eſſe audierint, facilè aũt ſeroſis, & pituitoſis excremẽtis ob virium infirmitatẽ impleri: hæc quidẽ conabuntur emittere: ſolidas autẽ ipſas calefacere atq; humectare. Verùm qui excrementorũ copia decepti, indefinitè pronuntiârunt ſenum temperamentũ eſſe humìdum: ij protinus in ipſo primo agendorũ conſilio fallũtur, dum ſenum corpora ſiccanda putant. Itaq; ex cibis eos potius qui ſiccant exhibent, veluti ex oleribus braſsicam potius quàm maluam, aut blitum, aut lapathum, aut atriplicẽ, aut lactucam. Ex leguminibus, præ ptiſana, lentem, & præ

faba miliũ,& præ zea panicũ. Ex fructibus amygdalas, & terebinthi ſemen, potius quàm cucurbitas, & cucumeres maturos, & pruna,& mora. Iam ex carnibus eas quę ferarũ ſunt potius, quàm cicurũ, & ſalitas potius,quàm recentes. In tota denique victus ratione,quorũ vis humida eſt,hæc fugiunt:quorum ſicca eſt, hæc amplectũtur, quanquam cõtra prorſus res ipſa poſtulat, quum proſint his maximè humectãtes cibi. Verùm quoniam horum etiam frigidi quidam temperamenti ſunt,proindeq; pituitam in ventre illico gignunt, ac primis venis:hinc videlicet noxij ſunt viſi iis, qui nec vniuerſum ſenũ temperamentum nouerunt,nec caput victus eorum ordinandi vident. Quippe nec oleũ, nec dulcis aquæ calens balneum, nec vini potio his profit, ſi humectationis non indigent. Iam quòd moderato motu,& ſomno indigeant, ſatis magna documẽta ſunt, quò victus eorum dirigi conſilium debeat. Quare ſi quando propter pituitam cogimur aliquid ex iis, quæ incidant ac diſſecent petere,reuertẽdum ſine mora ad humectantem victum eſt. Pari modo ſi quando propter obſtructionis ſuſpitionem ad cibos, medicamentáve,quæ obſtructos meatus liberent,conuertimur:†quò minus tamẽ humidi temperamen

† Mutili ſunt hîc Græc. cod. impreſſi, locum ita cenſeo eſſe legendũ τοῖς τὰ θρέψαντα τῶν σιτίων ὑγρὰς εἶναι κρά σεως ἢ χρὴ

peramenti cibi ſint nec illo ipſo die committendum] multoque magis poſtero die eidem propoſito hærendum, ac far *cum melle exhibendum, acetiq; aliquid ei miſcendum: vtique quum ptiſanæ ritu præparamus, [aut] ex mulſo vinóve Falerno ſumere iubẽdum, aut lacte, vt prædixi, vtendum, aut ptiſana bene cocta, quæ piperis pollinem accepit. Ita verò & maturi fici præ cæteris autumnalibus fructibus ſunt eligendi, hyeme verò caricæ. Panis quoq; ita, vt dixi, præparatus, aut cum melle, aut cum mulſo, aut cum vino aliquo idoneo, veluti enim exempla, claritatis cauſa, hæc apponimus, vt qui perlegerit ad vniuerſalem ſcopum, quo calor humectatioq; petuntur intentus, iudicare de materia ſimili modo queat. Quoniam autem tum pituitoſum, tum ſeroſum excrementum in ſenum corporibus colligitur: & vrinas moueri quotidie conuenit, non tamen per pharmaca, ſed apio, & melle, & vinis, quæ id præſtare valeant, & aluum ſoluere, potiſsimùm oleo antè cibum abſorpto, ſed & oleribus, ex oleo, garoque, ante cibum abſumptis. Ac quotidie quidem tum per hæc abundè aluus quibuſdam ſoluitur, tum ex ficis, vtique quum hi habentur, & prunis, ac aliis id genus, quæ æſtate

πάντα πᾶσιν, οὐδὲ κατ' ἐκείνην χρὴ τὴν ἀποστῆναι τὴν ἡμέραν, id eſt tunc quæ nutriunt cibaria, humidi eſſe temperamenti nullo pacto opus eſt, neque eodem ipſo die, id eſt detrectandum.

** χόνδρον id eſt alicam.*

autumnoq́; vigent: hyeme verò & caricis, & prunis Damaſcenis, iisq́; aut elixis, aut in mulſo, cui pluſculum inſit mellis, mace ratis: eritq́; id melius, ſi mel Atticum ſit. Longè autem ad deiiciendam aluum Damaſcenis Hiſpana præſtant. Quin oliuas ex muria præſumere aliquãdo licet. Aloën verò (quod multos ſenũ, quibus ſiccus vẽter eſt, facere video) haudquaquam ſumi ſuaſerim. Hanc alii in pilulas fingunt cum braſsicæ ſucco, alii tantùm puluerem eius alicui inſpergũt liquori, qui aliis aqua eſt, aliis mulſum, diuites eam, quæ cum cinnamomo conficitur, accipiunt. Medicamentum id alii hieram dialoës, alii amarã vocant. Habent verò id alii ſiccum, quò potioni inſpergant: alii melle modicè exceptum non cocto. Verùm nullo horum ſenibus eſt opus, niſi maior aliqua neceſsitas vrgeat: quippe ſi iam comprehenſis aluus ſoluitur, & ſi non quotidie, ſaltem alternis diebus, nullũ planè medicamẽtoſum dari debebit. Quòd ſi biduo aſtrictus venter, tertio die nõ ſoluitur: ſat eo tempore fuerit, mercurialem herbam, & marinã braſſicam (Græci thalaſſocramben vocant) & cnicum in ptiſana, aliaq́; quæ modicè medicamentorum vim obtinẽt, dediſſe. Similiter & therebinthi reſinam: ſumitur autẽ

ea

ea aliquando nucis ponticæ magnitudine, aliquando duarum triúmve. Quippe non modò aluum ſoluere citra noxam poteſt, ſed etiam viſcera omnia, iecur lienem, renes, pulmonemq́ue abſtergere. Porrò his quæ prædiximus, variè vti expediet neque vno tãtùm delecto, id perpetuò exhibere. Cui nanq; aſſuefacta ſpacio ſumentis natura erit, eius vim contemnet. Ergo variare vices tum prædictis oportet, tum verò eo medicamento, quod ex caricis conficitur. Sunto autem hæ pingues, auferaturq́; ipſis ea quæ foris circuit pellis: pari modò & cnico: mox ambo ſimul tundantur. Eſto autem & carica cum cnico pari põdere. Licebit verò hîc quoq; medicamentum experiri, ac prout ſe ad ſumentis naturã habet, aliâs plus, aliâs minus cnici immittere: ſumere verò duarũ triúmve caricarũ magnitudinis modum. Ex ipſa verò (vt dixi) experientia; inueniet ſubiipſi quis talium omnium legitimum modum: quùm venter aliis magis, aliis minus medicamentis ſit obediens. Cæterùm nullum eorũ, quæ dicta ſunt, medicamẽtorum, exhiberi admodum copioſè debebit: ſiquidem nonnulli in præſens gaudent, ſi copioſius deſederint: verùm quanto magis ſunt vacuati, tanto his venter ſequẽtibus diebus magis

fectus,Maraſmus quidẽ ſit, qui non in animalibus modò, verùm etiam ſtirpibus viſitur. Tradita verò iam eſt in primo huius operis volumine,proueniẽtis in nobis ſenectutis neceſsitas. Ergo tũ ex illo, tum ex iis, quæ de Temperamentis,atq; etiam ex libello, quem de Maraſmo ſcripſimus, inſtructior quiſpiã ad eam artis partem, quæ de ſenum ductu agit,reddi poterit.Si quidem omnis affectionis corporalis prouidentia, in duobus conſiſtit: nempe propria eius internoſcenda eſſentia, & materiæ præſidiorum viribus. Vt ſtatim in propoſito nũc ſenio,qui ſciẽter pernouit affectum eum, ſiccitatem quandam cum frigiditate eſſe,ſi quidem quæ humectent pariter & calefaciant, præſidiorum materias norit: is idoneus ſenum medicus fuerit. Quadruplex verò materiæ genus quũ ſit, quæ ſumuntur,quæ gerũtur,quæ educuntur, quæ foris admouentur: vtique ex ſingulis eligere oportebit,quæ calefacere,humectareque poſsint. Sed ad horum cuiuſque cõmodum vſum, exercitatio,quæ per exempla fit, maximè eſt vtilis. Scio ergo aliquando me pueri thoracem, qui ab reliquarum partium ſymmetria, id eſt debita conuenientia, nõ parum aberat, eiuſmodi remedij genere ad iuſtã perduxiſſe mẽſu-

ram

ram. Cinxi illi lato modicè cinctu omnia quæ ſub thorace ad coxas vſq; ſunt, ita tẽperans, vt tum citra offenſionem hæreret, tum nec laxum quicquam relinqueret, nec etiam premeret. Exercitationes verò iniunxi, & quæ per tota obeuntur brachia, & vociferationes, quas phonaſci ἀναφωνήσεις appellant. In vtriſq; verò cohiberi anhelitum iuſsi. Id fit quum thoracem ipſum vndique valẽter †impuleris, *anhelitum autem ſic compreſſeris, vt quem prius attraxeris ſpiritũ, totũ intus retineas. Itaq; etiã amplius inſpirauerit oportet, qui hoc commodè faciet: quandoquidem quò amplius ſit aëris qui cõprimitur, hoc magis thorax diſtẽtus dilatabitur. Quòd autẽ ipſe quoq; vociferationes tum magnæ faciẽdæ, tum in acumen tendẽdę ſint, id minimè eſt obſcurũ, ſi modò vniuerſas thoracis partes valẽter exercitari in animo eſt. Atq; hæc quidem gliſcentiũ adhuc corporũ, ea quæ natura †malè] cõdita ſunt, ad iuſtã conueniẽtiam, ſymmetriamq; reſtituent; eadẽ modicè etiam iis, qui perfectam iam magnitudinẽ cõſecuti ſunt, proderunt. Verùm in ſene nihil tale moliendum, vtpote cui feriari infirmas partes, vtilius eſſe diximus: vtilius verò his eſt, & cõſueto opere exercitari, etiam ſi modicè noxium ſit: cõtrà iu-

ue

† θλιβόντων. i. compreſſeris.

**ἐκπνοὴν, id eſt, exſpiratione.*

† In Græ. codic. impreſsis legitur καινῶς pro κακῶς.

uenibus ea mutare quæ nocent, tentãdum eſt, etiam ſi à pueris his maximè inſueuerint. Poſſunt enim eorũ vires moderatè factam mutationem ſuſtinere: ſperariq́; poteſt in reliquo vitæ tempore fructum aliquem eos ex meliore conſuetudine percepturos. At ſenex, ſi poſſet longo tẽpore ſenſim malã conſuetudinẽ mutare, propterea quòd quo tempore meliore frueretur, habiturus nõ eſſet, fruſtra laborẽ inſumeret. nõ aliter quàm ſi quis artẽ diſcere quãpiã octogenarius inciperet. Sicuti verò ſenum ipſorũ inter ſe nõ parua differentia eſt, ſiue id ex ætate ſpectes, ſiue ex corporis affectu: ita & eorũ qui natura ſicciore frigidioreq́; ſunt, ſi ad mediocrẽ ſtatum compares, nõ paruum intemperiei diſcrimẽ inuenies, tum ipſorũ inter ſe, tum verò ad ſenes. Atq; humectare quidẽ hos profectò calefacereq́; conueniet: cæterùm audacius hæc facere in iis, qui per ætatem maiori exercitio ſunt ferundo, ceu quorũ validæ adhuc vires ſunt. Quippe primũ quò omne remediorum conſilium dirigitur, eiuſmodi intemperies corporis eſt, non ſenium, aut ætas aliqua. Verùm quoniã affectuum †naturam per coniecturam accipimus, idcirco ætatem quoq; conſideramus. Porrò eadem vtilitas, & conſuetudinis noſcendæ

†In Græ. codi. impreſſis legitur μέτρον. id eſt menſuram.

eſt,

eſt prætereà extrinſecus incidentium cauſarum, quas procatarcticas Græcè vocant, Quippe ad certiorē affectuum notitiam, talia omnia nobis conducūt: remediorum tamen*inſinuatio,ex his nō præſtatur. At empiricis talia totius cōcurſus, quam ſυνδρομὴν vocant, pars eſſe cenſetur:quæ ſyndrome in ipſa curatione eſt obſeruata, haudquaquā† ex iis quæ fieri affectus poſtulat inuenta. Quo rationabilius Hippocrates de agnoſcendo,præſagiendoq; plurima ſcripſit, vtique in particularibus nos exercens, quod etiam optimi medicorum poſt eum fecerunt, non ignari, huic nullo negotio inuētū iri remedia, qui eius quod curat corporis ægri,ſaníve,affectum exactè norit.Siquidem, vt ſæpè teſtati ſumus, incipiendum ab illo medēdi pręcepto eſt, Contraria eſſe contrariorū remedia. Vbi verò remediorum materiam compertam habueris, ac ſimul vires eius intellexeris: malè affecto corpori ſemper cōtraria optimè ſe habenti,ſimilia viribus eſſe adhibēda.Quinetiam intemperies ipſas quæcunque adhuc intra ſanitatis fines ſubſiſtūt, ſi corrigere ſtudebis,contraria quodammodo victus ratione curabis,quod tamen per multum fit otium.Nam ſi in negotio ſint, ſimilibus vteris, potiſsimùm quū ita fuerint

* ἐνδεικτικῶς. id eſt ex indicatione.

† ἔνδειξις. id eſt indicatio.

rint corpora aſſueta. Porrò accidit alterũ horum plerunque magis ceu naturis ipſis, ea quæ ſibi ſunt accommoda,ſua ſponte citraque doctorem eligẽtibus. Atque hactenus malè affecto corpori cõtraria exhibebimus, quo ad priſtinum ſtatum cõſecutũ ſit. Cæterùm ea victus ratio quæ intemperies corrigit, longius plerunque procedit, propterea quòd ſimilibus maiore ex parte morbis tentamur: qui calidiore natura eſt, calidos morbos facilè incurrente: qui frigidiore, frigidos, & reliquis pro ratione. Facilius itaq; quicquid intemperatũ eſt, ad propriam naturã redit, quàm ad optimũ temperamentum venit. Quippe id quũ in medio omnis intemperantiæ ſit, quiſquis conueniẽte naturæ ſuæ morbo laborat, ab eo longius abeſt: qui diſsimili, minus. Ergo nec aſſuetudines ipſæ tametſi paruæ ſunt, diſplicentibus adhuc ſibi corporibus mutãdæ ſunt. Quin nec per ſummã ſanitatem ſemper id tentandũ, ſed tum, quum is, cui mutãdæ ſunt, à ciuilibus negotiis maximè vacat. Hæc itaq; communia omnium temperamentorum præcepta particulatim variantur, prout intẽperantia quęuis ab optimo tẽperamento receſsit. Nec mirum ſanè eſt ſi intẽperatæ naturæ, quæ in medio exactæ ſanitatis, & morbi ſenſibilis conſi-

ſtunt,

ſtunt,etiã ad ordinandi victus modum ſint ancipites.Sed nec illud mirandũ ab iiſdem adiuuari,lædiq; homines videri.Nam cõtrà, ſi omnes inter ſe ſimilẽ corporis ſtatũ obtinerent, vtiq; mirandum tum eſſet aliquos iuuari, lædiq; ab iiſdẽ. Sed quoniam cõtrarij inter ſe multorũ hominũ corporis ſtatus ſunt:ratione nõ caret, quòd ex contrariis etiã vtilitatẽ percipiãt. Quo magis de medicis omnibus mirari cuipiam licet, quicũq; nullo prius naturarũ facto diſcrimine, de ſanitate tuenda ſcribere ſunt aggreſsi.Sicuti enim fieri nõ poteſt, vt vnum calopodiũ ad omnes homines ſutor accõmodet:ita nec medicus vnam omnibus vitæ ſpeciem, quæ conducat. Hac igitur de cauſa quidam ſaluberrimũ eſſe affirmant, abundè quotidiè exercitari: quidam nihil obſtare quò minus in quiete prorſus degatur.Et ſunt quibus lauari maximè ſalutare videtur, aliis minimè. Quinetiam de vini, aquæq; potione, itemq; de aliis ad eũdem modum, non iis modò quæ ad ſalubrem victus rationem pertinent,ſed etiam morborum remediis, pugnantiſsima inter ſe ſcribunt: adeò vt vel vnum quippiã quod omnibus his inter ipſos conueniat,rarum inuentu ſit.Cæterùm vſus ipſe docet, tum ab iiſdem ipſis aliquos lædi, iuuarique,

tum

tum à contrariis pari modo. Equidẽ quoſdam noui, qui ſi triduo ſe ab exercitatione abſtinuerant, protinus ægrotabant: alios in perpetua quiete degentes,tamen ſecundam valetudinem tueri. Atq; horum ipſorum alios minimè lauare: alios, niſi lauiſſent, illico febricitare, ſicut Premigenes Mitylenæus. Atque quòd hæc quidem ita fieri cernantur, etiam ii, qui ſolo vſu artem colligunt, nouêre. Nemo tamen eorum ita in morbis notas prodidit, vt quibus quis intentus,quam quiſque victus rationem poſtulet, inuenire poſſet. Quippe in pauciſsimis inuenias exactè traditas, quas empirici ſyndromas,id eſt concurſus, vocãt:quemadmodum in peripneumonia, & laterum compunctione: ſed pleriq; morborum coniecturalem habent dignotionem, vt qui non ex certorum incidentium collectu noſcantur, ſed hominem deſiderent, qui omnino corporis affectum calleat, quique omnia,quæ eiuſmodi affectui conſonent, inuenire ſingulatim queat. Quippe quod propoſitum eſt, nos ipſa ratione ducti adhuc iuuenes inuenimus: vnde etiam manifeſtum eſt vſum quãtúmvis longum ſine ratione talia inuenire nõ poſſe. Nam de Premigene quum audirem, niſi lauaret, omnino febricitare:collegi ra

tione,eum fumida excremēta gignere quę tranſpiratu emitti poſtularent, cæterū quū denſior cutis eſſet, quàm vt ea tranſmitti omnia ſineret, collecta ſub cute calorem excitare. Itaque etiam balneum eiuſmodi naturis vtiliſsimum eſſe, non ob id modò quòd fumidum euocet, ſed etiam quòd humectet,idque dulci humore. Ergo placuit explicata quoq; manu Premigenis thoraci iniecta,cuiuſmodi eſſet caloris qualitas,explorare. Vt verò acrē mordacemque comperi, nō diſsimilem calori eorum qui cæpas ampliter comediſſent: multò adhuc magis euentus cauſam probè coniectaſſe mihi perſuadens,percōtabar,ecquid ſudoris illi citra balneum incideret: neganteq; id:iam firmiorem habere me affectus eius notitiam mihi perſuaſi. Quinetiam alios quoſdā vidimus,quibus mordax calor erat ſimiliter vt huic: non tamen hi vna balnei intermiſsiōe febricitabant:propterea quòd per ſudores excrementa his vacuabantur. Premigeni præter naturalem habitū, etiā victus ratio, vel ſemel intermiſſo balneo febricitandi occaſio erat. Nam plurimùm domi verſabatur,ibiq; ſcribens, vel legens perſeuerabat: propterea quòd Peripateticæ diſciplinæ incumbebat, in qua nemini ſuæ ætatis erat ſecūdus.Scimus & iis qui

minimè natura tale excrementũ aceruant, inſtantem laborum diligentiam, curamq; gignendi eius cauſam eſſe. Itaque etiam alteri cuidam,cui æquè atque illi mordax calor erat,tametſi balneum vno die intermitteret,contigit non febrire:proptereà quòd nec ſtudiis diditus erat & negotia ſua per vrbem inambulans obibat,emens,vendéſque multa,etiam pugnans ſubindè: in quibus ſudare coactus eſt.Ideoq; etiã alterum quẽdam ex iis qui æſtate quotannis acuto, bilioſoq; morbo laborãt, multos iã annos ſeruaui exercitari vetans.Nam quũ calido ſiccoq; tẽperamento eſſet, ſicuti Premigenes,etiam exercitatione vtebatur præceleri, tum verò ſole ac puluere. Contigit ergo ei & calorem immodicè augeri,& cutẽ denſari,atq; ad tranſpiratum ineptam reddi:quæ ambo vbi concurrerũt, nimirũ corpus cui acciderunt, paratum ad febrẽ reddunt. Ergo quod in medendi arte ſemper vſurpare ſoleo,id nunc dicã. Facillimè quidẽ quod quæritur ratiocinatio inuenit, fidem verò eius experientia cõprobat. Quãquam illud multò maximè mirandum eſt, cũ Hippocrates moneat,calidis naturis vtilius eſſe in otio agere , quàm exercitari: non paucos tamẽ medicos eſſe, qui ne norũt quidem cuiuſmodi tales homines ſint,

ſed iuxtà omnibus exercitationes iniungant:è diuerſo nonnullos eſſe,quibus nihil ad ſanitatẽ cõducere exercitationem placeat. Sed & tertiũ ab his genus eſſe,qui aſſuetis exercitari,id permittant, nõ aſſuetis interdicant. Quorũ nemo planè nõ errat: minimè tamẽ ii qui tertio loco dicti ſunt. Quippe qui cuilibet rei inſueſcunt,magna ex parte naturæ ſuæ conuenientem cõſuetudinẽ deligunt,propterea quòd ab iis quæ non conueniãt ſubinde læſi, ipſa repudiãt. Aliqui tamen vel dulcedine victi, vel præ nimia dementia ſe lædi non ſentientes, in malis conſuetudinibus perſiſtũt: verùm hi pauci,plures qui non perſiſtũt.Quo magis rationabile eſt,minus errare medicos eos, qui omnem conſuetudinẽ ſeruandam cenſent: qui verò nihil ad ſanitatem intereſſe putant exercitatus quis cibũ ſumat,an contrà:item qui omnes exercitãdos putãt, hos peius cõſulere,quàm qui prædicti ſunt.Horum verò ipſorum, ſi inter ſe comparẽtur, minus incommodi ſunt qui ante cibũ perpetuò exercitandum eſſe putant, quod & Hippocratem præcipere aliqui ſunt rati,labores enim cibos præcedere in aphoriſmis legi,non vidẽtes hoc loco, de ordine eum locutũ exercitationis & cibi, nequaquam illud affirmare,quòd omnibus hominibus

hæc

hæç ambo cõducant:imò quibus exercitari expedit:præcedere exercitiũ cibos debere.Quòd autem non omnibus proſit,& in libro de vulgò graſſantibꝰ morbis apertè teſtatus eſt, vbi calidas naturas quieſcere cenſet,& in aphoriſmis rectius ſub vniuerſali præcepto,vbi contrariorum contraria eſſe remedia proponit. Porrò fieri poteſt, vt pugnare aliquando videantur huiuſcemodi præcepta, nõ deficiẽtibus qui omnẽ motum ipſi moto corpori conuenientem, exercitationem nominent: aliis tantum eum qui vehementior ſit: ita vt priore ſignificato omnes homines exercitationem deſiderare neminem lateat: ſecundo verò ſignificato nõ ita ſe habere. Eorũ nanque qui in carcere ſanitatem ſuam tuentur,parum aptè mihi mẽtionem facere quidam videntur:quippe qui ſpatio prorſꝰ pereũt, ſi omnino tum vngi,tum lauari prohibentur. Quòd verò ad paucos dies inſalubri victus rationi reſiſtunt, nihil ſanè miri. Si igitur exercitationis vocabulo omnis venit motus, & qui inambulauit, & qui perfrictus, & qui lotus eſt, exercitatus dicetur, dummodo conueniente modo præſenti corporis ſtatui ſit motus: quòd ſi quis etiã ab iis ſit prohibitus, omnino ægrotabit. Qui enim ab iis in carcere prohiben-

tur,eos nunc non modò ægrotare,ſed etiã mori videmus,ſi diu ſint incluſi. Sin vehementiores tantũ motus exercitationes vocentur, eo pacto verum ſit, non egere omnes homines exercitatione.Statim enim Premigenes ille nullum requirebat violẽtum motum:ſed nec in porticu,quæ eſt an te balneũ, exiguam ante lauandũ inambulationem,imò vnctũ eſſe ex oleo, & à balneo aquam deterſiſſe, ſatis magni motus ſunt talis temperamenti homini. Hic verò & ante cœnam ambulabat,& cum amicis diſputabat, ſimiliter manè quoque domi.Nuſquam igitur ex ipſa in totum deſidia,adiutus quiſquam eſt.Sed quũ quietem agere calidis naturis Hippocrates ſuadet, vehementi motione vti vetat. Porrò ipſe, multos qui propter eos motus,quos per totam æſtatẽ exercebant,in principio autũni quotannis ægrotabant, ipſis vetitis, ſanos reddidi: quemadmodum rurſus alios à vehementi exercitatione prohibui, alios à quiete ad conſueta opera traducens,quum ſæpè antè ægrotaſſent, in ſanitate ſeruaui. Porrò, hi frigidiores ſunt, iis qui temperati & mediocres ſunt, & affectu planè contrario, iis, qui calidiores ſicciores'que ſunt. Diximus autem temperamentorum notas non ſolùm in libro,de temperamen-

ris, ſed etiam in libro; de arte medica: is enim vni ex libris noſtris eſt titulus. Mirandũ verò de iis medicis eſt, qui ne ea quidem, quæ ſenſui euidenter apparent, agnoſcunt. Quis enim latiſsimũ eſſe hominum diſcrimẽ nũc nõ videt, adeò vt eadẽ exercitia iidemq; cibi, alios bene, alios malè habeant, nõ ſecus quàm in morbis? Quare ſicuti quòd non omnes eadem requirãt, eos ſcire decuerat, ceu manifeſtè apparens: ita quum cõmentarios ſcriberẽt, determinare ac docere quæ quibus vel conducerent, vel officerent, par erat. Quid igitur cauſę fuit, cur eiuſmodi determinationes, tametſi ab Hippocrate proditas, omiſerunt? Nempe quid aliud quàm perdita ambitio? dum dogmatũ principes nominari, atq; inde gloriam cõſequi inter homines ſtudebãt? Cuius cauſa illi nõ ea quidem, quæ manifeſtè apparẽt, ſed opiniones quas ipſi vltrò proponebant, ſequi voluerũt. Poſteri verò qui in hos inciderũt perſuaſi pleriq; ſunt, propterea quòd nec quicquam didiciſſent melius, & ſimul rudes imperitique demonſtratiuæ ſcientiæ omnino eſſent. Qui nãq; hanc ſequetur, facilè tum vera dogmata à falſis diſcernet: tum quæ certis determinationibus ſcripta ſunt, ab iis quæ non ita. Idem nimirum inſcitiam eorum omnium

damnabit, qui citra determinationem de diſsidentibus aliquid ſcripſerunt. Quo magis, quænam eſſe determinationes debeāt altius repetentem, ſed breuibus diligenter audies. Quibus mordax calor à natura eſt, adeò, vt fumida gignat excrementa, iis balneum ſalubre eſt, tum motus, qui & exiguus, & lentus ſit, multus autē & celer aduerſiſsimus eſt. Itaque iſtis non ſemel modò, verū etiam bis die lauari conducet, potiſsimùm æſtate. Eſſe quoq; boni ſucci nutrimentum, in quo nihil inſit acre. In ſole autem verſari, & iraſci, & multùm cogitare, his inimica ſunt. Qui diuerſæ ab his naturæ ſunt (hi autem ſunt, qui frigido & humido temperamento ſunt) valentiores motus deſiderāt, ac victum in quo ſuperet quod tenuem ſuccum faciat, is cuiuſmodi ſit diximus ſingulari libro. Hi verò nec ſi in ſole exercites, læduntur: nec etiam ſi balneo abſtineant. Ac maxima quidem eſt dictarum inter ſe naturarū differentia: aduerſiſsimum enim eſt humidū, & frigidum temperamentū ei, quod calidum eſt, & ſiccum: maxima rurſus eſt, & calidi ad frigidum, & humidi ad ſiccum. Porrò frigidum & ſiccum ſenū temperamēto quàm ſimillimum eſt: itaq; etiam celeriter ſeneſcunt eiuſmodi corpora, dictumq; de hoc tempe-

ramento ſuprà abundè eſt. Humidum verò, & calidum, fluxionum vitiis obnoxiũ eſt. Cæterùm quòd omnibus intemperatis naturis cõmune præceptum eſt, id expedit in hac quoque ſeruari. Eſt autem id, vt eas corrigas quidem cõtrariis, ſed dum planè in otio ſunt: ſerues autem ſimilibus, quum per negotia ſibi vacare non poſſunt. De exercitationibus huiuſmodi corporum ita ſtatuendum eſt: plus quidem his laborandum eſſe, propter corporis humiditatem: præceleri motu non vtendum propter calorem. Porrò attendendum diligenter eſt, quum ex ſegniore vitæ ratione ad exercitationes ſe transferunt. Illico enim fluxionum tentantur morbis, niſi prius ſint vacuati, quàm exercitationes adeant. Quicquid enim in corpore concretum, & craſſum in humoribus fuerit, aut etiam modicè frigidum, id ſtatim in ſpiritum vertitur ac funditur. Itaq; etiam vere tales naturæ maximè iis morbis patent, qui ex plenitudine oriuntur: quales ſunt ſynanchæ, cynanchæ, deſtillationes, quos catarrhos, vocant, hæmorrhoides, ſanguinis profluuia, articulares morbi, ophthalmiæ, peripneumoniæ, laterum compunctiones, reliqui deniq; omnes quorum genus eſt phlegmone. Quare etiam occupare per veris initiũ

ſanguinis detractione oportet, aut per inciſam venam, aut ſcarificandis malleolis. Quòd ſi ita inanire recuſent, purgandi medicamento ſunt non ſimplicis facultatis, ſed quod trahere flauam bilem, & pituitam, & ſeroſa excrementa poſsit. Quæ verò de exercitationum ratione diximus, eadem & de balneo dicta eſſe putandum. Quippe quod ipſum quoque non tutum eſt, niſi prius inanitum corpus ſit: inanito verò vtile eſt: potiſsimùm cuius lauacri aqua potabilis non eſt, ſed in qua vis aliqua per halitum digerendi ſubeſt. Vinum autem frigidis ſiccisque naturis vtiliſsimum eſſe prius dictum eſt. An verò calidis omnibus idoneum non ſit, ſed vtilior his aquæ potio ſit, ſicut in libro de popularibus morbis, ſiue epidemion legimus, nunc æſtimandum. Fortaſsis enim abſurdum omnino cuipiam videbitur, iuuenem qui athleticus, vel militaris ſit, aut etiam foſſor, meſſor've, aut arator, vel deniq; qui robuſtum aliquod opus exercet, aquæ tantùm potione vti: atque in hoc falli Hippocratē, cum calida temperaméta aquæ potionē poſcere, abſolutè pronuntiet. Mihi verò Hippocrates non abſolutè id, ſed de naturis ſummè calidis, quæ vtiq; propter intemperiē tales ſint, dixiſſe videtur: non

quòd plurimum habeant naturalis caloris, quem ipſe augeri in athletarum exercitio confirmat. At qui ex intemperie calidus eſt: is neq; athleta, neque miles bonus, ſed neq; foſſor, meſſor, arator've aut denique ruſtica, vrbana've opera, fortis vnquam euadet: quippe valentium hominum ea ſunt munera. Porrò tales nunquã fuerint, niſi mediocri ſint temperatura: atqui ſi media temperie ſint, vtique plurimus iis fuerit naturalis calor, ac tali quidẽ naturæ mediocre profectò dandum eſt vinum, ſicuti ipſa quoque mediocris eſt. Atque hactenus ſaltem mediocre, quòd ipſa mediocris eſt temperamenti: quando hãc quoque neceſſe eſt non ſolùm in ſenectute, ſed etiam in remiſsionis tẽpore, media temperatura frigidiorẽ euadere. Si cui ergo vt in intemperie, quæ intra ſanitatem conſiſtit: calidiſsimũ temperamentum ſit: huic omnino vinum circũcidiſſe prodeſt. Sed quum triplex genere ſit calidi tẽperamenti differentia, vna in qua reliqua contrarietas (nempe quæ in humido ſiccóq; conſiſtit) mediam temperiem ſeruat: altera in qua ſiccitas ſubſultat, & tertia in qua vna cum calido etiam humidum redundat: vtique in qua altera contrarietas medium temperamẽtum tenet, nunquam

fuerit vltimè calor immodicus: quandoquidē huic ſiccitas ſtatim ſuperuenit; iſta verò non ponitur à nobis ſicca. At in qua ſiccitas calori eſt adiuncta, in hac incidere aliquādo plurimus, vt in intemperie, quæ cum ſanitate conſiſtit, præter naturam calor poteſt, idq́; longo tempore: plurimam verò breui ſpatio, etiam quæ cum humiditate coniuncta eſt immoderatā caliditatem, vt in ſanitatis intemperie, fieri licet. At ei quidem quam primo loco diximus differentiæ, tantū diluti vini, quod ὑδατώδεις vocant, exhiberi ſinemus, quantum à ſumma intemperie ipſa receſsit: reliquarum autē neutri, præſertim quum ſumma ſit, quemadmodum eſt oſtenſum. Quæ enim tales intemperies non ſunt, iis dandum vinū eſt: ſed exiguum, & dilutū (tale porrò eſt quod colore quidem eſt album, ſubſtantia tenue) ſicut è diuerſo frigidis intemperantiis calidiora vina præbemus. At quod calidiſsimum quidē vinum eſt: id frigidiſsimis intemperantiis eſt vtile; reliquis verò quod portione reſpondet. Neq; enim eius tantū meminiſſe oportet, quòd contraria contrariorum ſint remedia, ſed etiam quātitatis rationem in ſingulis contrariis habere. Ergo ſicuti de medicamentis oſtendimus non ſolùm æſtimandū eſſe

calidum'ne an frigidum quicquam ſit, ſed etiam quoti in his ordinis ſit: ita & de vinis eſt agendum, non ſolũ dilutum aut calidum deligentibus nobis, ſed quod vt ad intemperantiæ ſpeciem, calore, frigoréve ſuo conuenienter occurrit,ac reſpondet. Hæc verò dicta mihi de iis ſunt, qui mediam ſenectutis ætatem agunt, vtique nec ignoranti primam eius partem eſſe, quæ ὠμογερόντων,id eſt,eorum qui cruda viridíque adhuc ſenecta ſunt,dicitur: propterea quòd adhuc obire ciuilia negotia poſſunt: ſecundam autem cui aptè nomen ipſum inditur,eò quòd ipſa ſit de qua dicitur:

Vt lauit, ſumpſitq; cibum, det membra ſopori.

Quod tamen in tertiam non conuenit: in qua Telephum grammaticum bis ter've menſe lauari dixi:propter enim virium infirmitatem, aſsiduum hi balnei vſum non ſuſtinent, Accedit quòd per habitus frigiditatem,mordacia hi excrementa non pariunt.Nominant eum,qui ad hanc partem peruenit Græcè πέμπελον: ſicuti aiunt qui vocabulorum etymologiis gaudent, ab eo quod eſt πέμπεσθαι εἰς τὴν ἄδην, id eſt, mittendo in pompam quæ ducit ad Manes.

CLAV

CLAVDII GALENI DE SANITATE TVENDA LIB. VI.

THOMA LINACRO ANGLO INTERPRETE.

Quæ in ſexto libro de tuenda ſanitate continentur.

Quòd corporum, quæ prauam ſortita ſunt conſtitutionem, alia æqualiter, alia inæqualiter ſunt affecta, & quòd inæquales cõſtitutiones longè deteriores ſunt æqualibus.

Præcepta quædam ad ſanitatẽ tuendam, ei, qui conuenienti tempore non põt eſt corporis ſaluti proſpicere.

Quo pacto quis eis poſſit proſpicere, qui praua ſunt corporis conſtitutione.

Quo pacto hi poſſint diu ſani ſeruari, qui quum otio ſeipſos cõmodè curãdi non careãt, æquali omnium corporis partium intẽperie laborãt.

ALIVD huius de ſanitate tuenda ſpeculationis argumentum hoc libro inchoaturus, repetẽda cẽſeo eorum, quæ hactenus tracta

tractata ſunt capita, quæ vtiq; dicẽdis ſunt neceſſaria.Igitur primum diximus quid ſit ſanitas:ſecundo loco generalis eius deſcriptio poſita eſt:tertio quẽadmodum ſeruari ea poſsit,eſt proditũ. Ad hæc illud adiectũ, animaliũ corpora perpetuò mutari: indeq; adeò neceſſe eſt ſanitatẽ eorum,quæ aliâs corrũpi periclitetur, noſtræ procurationis indigere,antequam tam notabilis mutatio fiat,vnde iã manifeſtè ægrotẽt,procurationẽ verò nõ aliunde cõſtare, q̃ ex cibo potioneq;,quibus quod de ſubſtãtia corporis decidit, reficiatur. Altera incurabilis eſſe demonſtrata mutatio eſt, ſcilicet quæ pro ætatis ratione accedit,propterea quòd cuiuſq; animalis corpus à prima genitura ad exitum vſq;,toto interueniente tẽpore ſicceſcat.Cæterũ qui ſalubrẽ viuendi rationẽ ignorãt,credibile eſt hoc citius, quàm pro naturę ratione interire.Quoniã autẽ (vt diximus) neceſſe eſt omne genitũ animal nutriri:ſubſtãtia verò ciborũ vniuerſa,in nũtrimẽtũ nõ abit, ac proinde vitioſum quiddã ex ſuperuacuo eius relinquitur quod ꝓpriè excremẽtũ vocãt, præparatæ à natura quædã corporis partes ſunt,q̃ id ſecernant atq; emittãt.Plurima verò quum ſit in naturis corporum differentia,rationabile eſt ſuã eſſe cuiq; ſanitatis tuẽdæ prouidentiã.

Primum

Primum igitur eo homine qui optimo ſit ſtatu, pro materia tractationis propoſito: quemadmodum hũc quiſpiam in ſanitate cuſtodiat, tradere ſtuduimus. Quum autẽ variæ occaſiones ſint, quibus ſecũda valetudo variè conuellitur:eũ,qui optimo corporis ſit ſtatu† vni ſibi vacãte]ac ab omni ciuili negotio liberum in ſanitate ſeruare propoſuimus. Atq; hunc quidem quum in primis quinq; libris, quemadmodum quis à prima ineũte ætate, ad vltimam vſq; ſenectutẽ in ſanitate cuſtodiat, docuerimus: nũc ad eos veniemus,quibus per negotiorum qualitates,eſſe,bibere, atq; exercitari debito tempore non licet:præterea ad eos qui ſtatim ab ortu valetudinarium corporis ſtatum ſunt ſortiti.Sanè breuior erit de his ſermo,quàm prior:quãuis ſuapte natura longior ſit, propterea quòd plurimarũ materiarũ vires,quibus ad ſecundæ valetudinis tutelam vtimur, prædictæ iam ſunt. Nã quum frictione,balneo, exercitatione, cibo,potione, † fomẽto calido frigidoq;,] veneris tum vſu,tum abſtinentia, & ſi quid aliud eiuſmodi eſt,mutationes fieri corporis cernamus: vtiq; horum omnium vires (vt dixi)prius ſunt proditæ. Vitioſi autem corporũ ſtatus,genere duplices ſunt:quum elemẽtares, & primas corporis particulas, quas

† Mẽdosè legitur in Græc.cod. impreßis ἑαυτῷ φυλάττειν, pro ἑαυτῷ σχολάζειν vt legitur in veteri.

† In Græ. eſt θάλψεων τε καὶ ψύξεων id eſt calefactionibus, & frigefactionibus.

quas Ariſtoteles ὁμοιομερῆ, id eſt ſimilares vocat, alij æquabiliter, alij inæquabiliter attẽperatas habeant. Dico autẽ æquabiliter temperari, quum ad aliquam intemperiem verſę æquabiliter corporis particulę omnes, aut frigidiores iuſtò, aut calidiores ſunt redditę, aut ſicciores, aut humidiores, aut per coniugationem quædã calidiores ſimul, & ſicciores: quædam humidiores pariter & frigidiores, & quædã humidiores, & calidiores: quædã ſicciores, & frigidiores. Quinetiam in inſtrumentalium partiũ compoſitione, quædam æquabiliter, quædã inæquabiliter ſunt cõditæ. Ac primùm quidem dicam hìc quoq;, qui ſtatus corporum ſunt maximè valetudinarij, ſicuti & prius [qui maximè ſanus eſſet] oſtẽdi. Verùm is vnicus erat, etenim in omniũ rerũ genere, quod optimum eſt, id vnum eſt: vitioſa verò plurima ſunt. Duplex tamen eſt eorũ ſecundũ genus diſcrimẽ, ceu vt paulò antè dixi: aliis ſimili intẽperie omnes partes habentibus, aliis diſsimili. Atq; eorum quidem quæ ſimilem intemperantiam habent, ea peſsima eſſe conſtat, quæ has validas habent, ac potiſsimùm frigidas ſimul, & ſiccas. At quibus inæqualiter ſe habent corporis partes, horum numerare quidem varietates facilè nõ eſt. Cæterùm illa quo-

que duplici genere ſpeciéve, ſiue quouis alio modo nominare velis, variare licet. Nam maximè quidem ea morbis patent, quorũ principes maximè partes contrariis tẽperamẽtis ſunt affectæ: minus obnoxia valetudini ſunt, quibus † diuerſę à principibus partes] ita ſe habent. Equidẽ aliquos iam vidi, quibus vẽter frigidus erat, caput calidum: ſicut cõtrà, quibus caput frigidum erat, venter calidus. Vidimus autem & ex accidenti, nõ primùm, nec propria temperamenti ratione aſsiduè afflictum bili ventrem, qui alioqui non erat natura calidus: ęquè verò, & refrigeratum alterum, quanuis non eſſet natura frigidus, ad eũdẽ modum & caput, & iecur, & lienem, atq; etiã alias partes, aliarum quandoque imtemperantiis affici: quum aut ipſæ haudquaquã læſæ in proprio temperamento eſſent, aut etiã contrarium planè, quàm aliæ affectũ haberent. Primùm ergo de iis verba faciã qui æquali ſunt intemperie: idq; ab iis qui præcalidi ſunt, auſpicatus. Sanè dictũ à nobis in libro, de Tẽperamentis eſt, fieri non poſſe vt intemperies quælibet ſola diu duret: quando ipſa ſibiipſi alteram ex neceſſitate aſciſcit: indeq; factũ, vt pleriq; medicorum quatuor tantùm eſſe intemperãtias putârint, eaſq; cõpoſitas, ſimplices verò

† *Μὴ κύριαι id eſt, non principes partes.*

rò ne eſſe quidẽ. Nam & calidam, dum humiditates ſemper cõſumit, parere ſiccitatẽ: & frigidã, dũ nihil abſumit, †humoris incremento quodammodo conferre. Jeodẽ modo & ſiccam, per eas ætates, quibus augeſcit animal, calidius ipſum ſemper efficere: quibus verò decreſcit, refrigerare: & ſiccare quidẽ ſolidas corporis particulas, cõgerere verò abũdantiã excremẽtorum. Simili modo ſi humida cum modicè calida coïerit, exiſtere aliquãdo in vtraq; oppoſitione mediam temperiẽ, vtrãq; oppoſitionem intelligo, & quæ ex calido ac frigido cõſiſtit, & quæ ex ſicco & humido. Erit aũt medii tẽperamẽti (quod ἐύκρατον Græci vocãt, eiuſmodi intẽperantia in ipſo pręcipui vigoris tẽpore, quàm ἀκμὴν Græci vocant: ſed & in remiſsionis tẽpore prout ipſi conuenit. Optimã nanq; temperiem in adoleſcentia corpus obtinet: reliquæ omnes ætates deteriores hac ſunt, vt prius eſt oſtenſum. Atq; hoc etiam meminiſſe cõueniet, vnũ id quoq; ex iis quæ dicta ſunt. Quum enim duplices actiones in animalibus ſint, certè corporales pueri præcipuas obtinẽt: quę animi ſũt, ea q̃ à pueris ad remiſsionẽ vſq; ſuccedit ætas. Nec tamẽ eſt has ætates annorũ nũero circũſcribere, quẽadmodũ nõnulli fecerũt: niſi fortè ĩ latitudine qua-

† *ὑποτρέφειν ὑγρότητα, id eſt humiditatem ſubnutrire.*

dam. Ergo pubeſcere quidē incipiunt aliqui, vbi quartumdecimum annū expleuerunt: quidam vno pòſt anno, aut etiā amplius. Initium prætereà remiſsionis nōnulli habent ſtatim à trigeſimo anno: nōnulli poſt quintum & trigeſimū. Ac robur quidem omnibus minuitur poſt ipſam ſummi vigoris ætatem: non tamen hi ſanitatem amittunt, tametſi minus hanc, quàm antè, laudabilem habēt. Cæterùm hanc habent, †non ſolùm vſq; ad initium ſenectutis, verumetiam in ipſa ſenectute tota: quæ ipſa quoque quibuſdam naturalis eſſe morbus videtur: quum enim nec dolore anguntur vllo, nec vllā actionū earū quibus ad vitæ munia vtimur, aut penitus amiſerunt, aut †omnino imbecillam]habent, vtique ſani ſunt, ſanitate quæ ſenectuti ſit cōgrua. Meminiſſe enim profectò oportet eorū, quæ de ſanitate demonſtrata ſunt: nempe quòd ampla ſit eius latitudo. Iam ſi tertia quoq; corporis affectio eſt, quam neutrā Herophilus appellat, quæ in iis, qui è graui euaſerūt febri, cōualeſcēdi tempore cernitur, & ſenili ætate: omnino extra morbū ſenes erūt, actiones tamē perinde, vt ii qui in flore ætatis ſunt, firmas valenteſq; nō habebunt. Verùm ſi ad vidēdum, audiendū, ingrediendū, aliaq; facienda, quæ ſeni expediunt

†Mendosè legitur in Græ. codi. impreſsis οὐ μὴν pro οὐ μόνον.

†In veteri legitur μὴ πάντα πᾶσιν ἄῤῥωστον. id eſt non omnino imbecillam. Et paulò pòſt legendum eſt, ὑγιαίνουσιν. pro ὑγιαίνουσαν et ὑγιεινὰ pro οἰκεῖαν.

diunt, nullo deficitur corpus: etiam hoc rationabiliter ſenis ſanitatem nomines, vtiq; totum hoc iungens, ſenis ſanitatẽ nõ abſolutè ſanitatem. Hæc enim propter ipſam actionũ virtutẽ integra eſt, & de qua queri non poſsit: ſenũ ſanitas querimoniis nõ vacat, quãuis enim omnes actiones habet, nullam tamen validam habet. Atque adeò illa pars artis quæ de ſenum ductu inſtitui tur, huc tantùm cõſilia dirigit, vt ſanitatẽ † eorum] quatenus fieri licet, tueatur. Corpora verò, quæ à prima ſtatim genitura pronũ ad morbos ſtatũ ſortita ſunt, ea planè ad ſenectutẽ nunquam perueniunt: aut ſi quando peruenerũt, vno ſaltem diutino morbo penitus laborãt. Propoſuimus autẽ in hoc libro de iis diſſerere, q vitioſo corporis ſunt ſtatu, atq; hos quẽadmodum ſanos plurimũ tueamur, diſquirere. Ergo initio ab iis ſumpto qui parẽ in omnibus corporis partibus intẽperiem habẽt: primùm de iis agamus, qui calidius temperamentũ ſortiti ſunt, cæterùm in humiditate ac ſiccitate modicè ſe habẽt. Ac talis quidẽ corporis natura ab initio ſtatim magis apparet ſana, quàm ea, quæ in vtraq; oppoſitione, vitioſa eſt. vtrãq; oppoſitionẽ intelligo, & quæ ex calido & frigido conſiſtit, & quæ ex humido & ſicco. Eadẽ dentes edet

† Hæc particula nõ eſt in Græco. ſed diminutè legitur in Græc. cod. impreſſis, τὴν ὑγείαν, pro τὴν γεροντικὴν ὑγείαν. id eſt ſenilẽ ſanitatẽ.

citius, & citius articulatã vocẽ proferet, & citius ingredietur,& ſingulis annis ad portionem increſcet,poſteà verò quàm adoleſcentiæ annos cõpleuerit,exinde ad remiſſionem vſq; manifeſtè calidior apparebit, ſic,vt tũ morbis,tũ ſymptomatis,quæ à bili oriuntur,facilè ſit obnoxia. Multus nãq; calor dũ humorẽ abſumit, ſiccius tẽperamentũ reddit. At quũ florens iam ætas itẽ calida ſit,nimirũ cõpoſita eorũ temperies, calida ſimul,ſiccaq; erit. In talibus autem tẽperamentis,bilis abundare tũ pallida, tũ flaua ſolet. Ergo qui hac natura ſunt, ad ætatẽ vſq; adoleſcentiæ,ſimiliter educandi ij ſunt,qui optimæ ſunt naturæ : de quibus dictum in præcedentibus eſt. Poſteà verò quàm abſolutũ eorũ corpus ſit, conſiderare oportet,vtrúmne bilis excrementũ illis per aluum expellitur,an ad ſuperiorẽ ventrem ſit propẽſum. Si enim deorſum feratur,conſtat nõ debere eſſe ſolicitos:ſin ſuperiorem ventrem petat,per vomitum eſt emittẽdum,ſcilicet longè valere iuſsis philoſophis iis,q̧ vomere ex aqua tepida poſt exercitationes ante cibum vetant. Nam vino nec ipſe ſanè tũc eſſe vtendũ ſuaſerim, niſi difficulter id faciant ex aqua. Quippe eiuſmodi quædã corporum naturæ ſunt, quibus vtiq; vinum dulce, ſed vbi aquam

præbi

præbiberint, eſt concedendum. Præterea etiam magis, vbi temperamentũ eorũ ab initio calidius ſicciuſq; fuit, vomitio petẽda eſt: propterea ꝙ magis etiam hi bilioſi ſunt, in pręcipui vigoris ętate. Quin & exercitari his vtilius eſt, non acutis exercitationibus & præuegetis, ſed potius tardis, & mollibus: ſunt enim omnes, qui hoc ſtatu ſunt, graciliores. Acutæ verò exercitatiões conſenſu gymnaſtarũ omniũ extenuãt: lẽtæ contrà corpus implent. Sunt verò ex iis qui impẽsè calido tẽperamẽto ſunt, & qui exercitari prorſus non deſiderãt: ſed abundè his ſatisfaciant † inambulatio, balneũ, & mollis ex oleo frictio. Acre nanq; & mordax calidum id eſt, quod ab his exhalat nõ humectãs, quale ἀτμῶδες Græci vocãt, nec ſuaue citraq; morsũ: hos verò a cibis quoque balneum iuuat. Quidã verò eorũ incredibile eſt, quàm etiã obeſi ſunt redditi ex tali victus ratione. Antiquum autem vinum inimicum his eſt: albũ verò ac tenue idoneum eſt. Aeſtimandũ autem in omnibus eſt, qui à cibo lauãtur, num in dextera præcordiorum parte, vbi ſitũ iecur eſt, dolorem aliquem, aut grauitatem, aut tenſionem ſentiãt. Eiuſmodi nãq; corporum ſtatus iecinoris vitiis tentari ſolet, ſi balneo poſt cibũ vtatur. Ac ſi quãdo eiuſmodi aliquod

† *Mẽdosè legitur in Græc. cod. impreſsis περιπαντόντι. id eſt de omni, pro περὶ πατήσει.*

quod vitium ſentiunt, illico dandũ aliquid eſt eorum quæ obſtructum iecur liberent, abſtinendũq; ab iis cibis, qui craſſum efficiunt ſuccũ, ac potiſsimùm ſi iidem glutinoſi ſint. De his dictũ abundè nobis eſt tribus libris, quos de alimentorũ viribus ſcripſimus: præterea in eo libro, quẽ de euchymia, & cacochymia, id eſt cibis boni & mali ſucci, edidimus: itemq; in libro de extenuante victus ratione. Quippe qui dolorẽ in iecinore ſentiunt, iis tali victus ratione vtẽdũ omnino eſt, quoad dolor ſe remiſerit, & dextra præcordia leuia quodãmodo ſentiant. Vtile ſanè fuerit & liquorem in quo macerata ſit abſinthij coma, offerre: præterea quod tum ex ea, tum ex aniſo, & amaris amygdalis conficitur: quod etiam bibere ex oxymelite præſtat in eo tempore, quod inter ſurgendum à ſomno lauandumq; interuenit. Nam & poſtquã confecta ſunt quæ ex ventre ad iecur reddũtur, talia exhiberi præſtat, & temporis aliquid, eorum opera † ante cibum ſumendũ dari, non inutile eſt & medicamentũ quod diacalaminthen vocant, cuius compoſitionẽ in quarto horum cõmentariorum ſcripſimus. Verùm in bilioſis temperamentis, cauere oportet huius aſsiduum vſum. Sed & ſiquando horũ quiſpiam eo propter iecinor

† Mẽdosè legitur in Græc. cod. impreſsis περὶ προ κτῦ.

ioris obſtructiones vtitur, vtilius eſt ex
oxymelite id bibat. Porrò alimẽti ſpecies,
iquis horũ temperamentũ vertere in me-
ius ſtudet, cõtraria eſſe intemperãtiæ de-
bet. Senſim verò id fiet citra noxã, ſi & prę
it medicus, & qui curátur ita ſit á nego-
iis liber, vt omnia ſuo tẽpore peragat. Nã
qui in rebus ciuilib⁹ verſatur, & multis ne
gotiis diſtringitur, huic tutius eſt, vt nec tẽ
et temperamentũ ſuum mutare, ſed accõ-
noda ſibi nutrimenta ſumat. Porrò apta
unt humidis quidẽ humida, & ſiccis, ſicca.
Nutritio enim fit, quũ is qui nutrit, cibus
corpori, quod alit, aſſimilatur. Citius autẽ
ſſimilantur ſicca ſiccis, & humida humi-
lis. Quibus verò æquale tẽperamentũ eſt,
is quãto iucundius fuerit quod comedũt,
ãto vtiq; fit magis nutriẽs. At qui inæqua
em temperiẽ ſunt ſortiti, ita vt his aliud
ecinoris tẽperamentum ſit, aliud ventris,
ut alicuius eorũ, quæ circa iecur ſunt, iis
liuerſum eſt quod aſſumptu iucundũ eſt,
b eo quod cuiq; particulæ eſt idoneum.
Quoniã aũt oſtẽium eſt, duplex eſſe quod
ingulis cõueniens eſt: aliud quod ſecundũ
implices qualitates, aliud quod ſecũdum
otam ſubſtantiam, quod ſimplicibus qua
itatibus maximè aptũ eſt, id qualénam ſit
uperius paulò eſt cõprehenſum: idq; ſeu

mutare intemperiem per otiũ velis, ſeu cedere cogaris propter negotia. Quod ex tota ſubſtãtia idoneum maximè eſt, ſola experientia diſcernitur. Ac maximam quidẽ vim habet ad ea, quæ eduntur, bibunturq́; non in ventre modò, ſed etiã toto corpore cõficienda, totius ſubſtantiæ cõuenientia: cuius ratione nutrimẽta animalibus, & varia, & ſpeciebus multùm inter ſe diuerſa habẽtur: quũ nulla ſimilitudo ſit eius quod ex palea, & herbis accedit ei, quod ex oſsibus & carnibus, nulla ſocietas eius, quod ex pane eſt, cum eo quod ex cicuta, & veratro, nã & hæc animantiũ quibuſdã nutrimenta ſunt. Fiũt autẽ qualitatibus conueniẽtię, vtiq; ſi ſeruare tẽperamentũ ſtudes: humidis naturis humectãte cibo maximè quadrãte: ſiccis verò, eo qui ſiccet. Sin alterare placet, cõtrariis. In eo autẽ qui eſt in calido, frigidóve ad intẽperantiam lapſu, contraria dare ſemper expedit: quũ & efficacisſimè eiuſmodi intemperies ſint, & (vt ita dicam) magis quàm quæ ex ſiccitate & humiditate cõſiſtunt, potentes: quippe quũ facilè ſimilibus nutrimẽtis in morboſam intemperãtiam abeant. At ſi ſiccius quoduis membrum efficias, nihil manifeſtè lædes, pari modo nec ſi humidiori ſuam humiditatem ſerues. Euidenti verò argumẽ-

o tibi & ętates ſint. Quæ enim à prima ge
ſitura adoleſcentiam vſq; habẽtur, humi-
diſsima iis caro eſt: ſenili ætatę impenſè ſic
ca. Meminiſſe verò in huiuſmodi ſermo-
ne oportet eorũ, quæ in opere, de Tẽpera-
mentis ſunt ſcripta: ſcilicet, ne quis exiſti-
met qui ſuperuacuis excremẽtis onerãtur,
eos humido tẽperamẽto eſſe, quæ res eos
qui ſenectutẽ frigidam, & humidam putã-
runt, falſos habuit. Non enim ipſæ particu
læ ſenum, humidiore temperamẽto ſunt,
ſed ipſæ capacitates, quæ inter corpora pa-
rent: tũ ſenum, tum eorũ qui humidis mor
bis laborant, ſuperuacua humiditate im-
plentur. Porrò cuiuſmodi ſiccus morbus
ſit, certa ſcientia cognoſcet, qui librum,
quem de Maraſmo inſcripſimus, diligen-
ter relegerit, nõ ſemel bisve, nec tranſcur-
rens, ſed ſingulis inſiſtens atq; intentus. Sa-
nè qui hæc cõmodè leget, hunc exercitari
prius conuenit, in ſecũdo de temperamen-
tis libro, in quo demonſtratum eſt ſenis
tẽperamentũ ſiccum eſſe. Verùm quod in
præſentia nobis ꝓpoſitũ eſt, calidius iuſtò
corpus, ſiquidem in prima conſtitutione
medium humiditatis ſiccitatiſq; habitum
habuerit, omnino id in incrementi ſtatu
(quam ἀκμὴν vocãt) ſiccum efficitur, idq;
tum magis, tum celerius, ſi etiã natura ſic-
cius

cius erat. Sed & ſeneſcet idem citius, quãto vtiq; ad ſummum incrementũ peruenit citius. Nam quũ omnes in remiſsione ætatis ſicceſcimus: ratio eſt, vt qui natura ſit ſiccior, in ſenilis intẽperantiæ ſiccitatẽ citius perueniat. Hi ergo in præcipui vigoris ætate potiſsimùm humidã victus rationẽ poſtulant, cuius formulã proximè deſcripſimus. Perficitur enim humectãtibus cibis ac balneis, tũ exercitationum & quæ †præceleres, & quæ multæ ſunt, abſtinẽtia. Hi adeò æſtatis tẽpore, & citius lauãtur, & à cibo iterũ: ꝓdeſt his & frigidæ potio. At venus ſiccis tẽperamẽtis eſt inimiciſsima. Vitãdæ quàm maximè his ſunt exuſtiones & laſsitudines, & ſolicitudines, & vigiliæ, & motus omnis celer. Iracundia verò, quũ bilioſas naturas maximè accẽdat, acutas febres parit. Itaq; quæ victus ratio iis laudatur, qui ſtatus incremẽti tẽpore temperie ſunt calida, humiditatẽ tamen ab ortu mediocrem habebãt: hæc iis qui natura calidi ſunt & ſicci, magis cõuenit. Nec dubiũ eſt quin modus quoq; exceſſus ſuperãtis elemẽti imprimis cõſiderãdus ſit. Siquidẽ eatenus intendere, remittere, aut augere victus ſpeciẽ oportet, quatenus ſupra naturalẽ habitũ aucta diminutáve ſunt tẽperamẽti elemẽta. Quapropter ſi eorũ qui natura

† *συντόνων.i. eſt valida.*

humi

umidiores, calidioresq́; ſunt, mutare tẽ
eramentũ ad frigidiorẽ ſicciorẽq́; ſpe-
iem libet: cõtrariam his victus rationem
xhibeas oportet, ſin id cuſtodire placet, ſi
nilẽ. Sanè eiuſmodi naturæ in puerili ætate
e fluxionum, & redũdantiæ morbis maxi-
nè tẽtantur, itemq́; putredinis, quo magis
c pluribus exercitationibus, & exacta vẽ-
ris cõcoctione indigent. Quidquid enim
n hoc corrũpitur, id toti corpori morbo-
um putredinis occaſio fit. Itaq; & ante ci-
um bis terq́; hi ſi lauẽt, ac calidis ſpõtè or
s vtantur: maximum inde cõmodum ſen-
iunt, quippe huc dirigitur in his cõſilium,
t ipſas animalis particulas ſeruem⁹ humi
las. Quæ res omnis temperamenti cõmu-
is eſt, ſi modò cõtraria ratio omnium ani
nantiũ corpora citius ad ſenectutẽ perdu
it, ipſaq́; fit, cuius culpa omne genitũ cor-
us mortale fit. Quippe ſi fieri poſſet, vt tẽ
eramẽtum corporis humidum perpetuò
ẽruaretur, verus ſophiſtæ (cuius inter ini-
ia operis memini) ſermo eſſet, qui ſibi au
cultatẽ promiſit immortalẽ fore. Sed quo
iã naturæ progreſſum, qui eſt ad ſiccita-
ẽ, effugere corpori nõ licet, vt antè docui
nus, idcirco ſeneſcere nobis corrumpiq́;
neceſſe eſt: erit tamen id maximè diutur-
nũ, quicquid erit minimè ſiccatũ. Verùm
cũ

cùm humida victus ratio excremẽta, & ſuccorũ abũdantiã pariat, difficile eſt ita mediocritatem ſeruare, vt neque morbi incidant, neque ſenectus maturetur. Quod tamen ad ipſius temperamẽti rationem attinet, qui maximè ſunt humidi: ii maximè ſunt longæui. Iidem & ſanitate, vbi corpus ad robur peruenit, plus cæteris fruũtur, & cæteris qui parem ętatem agunt, valentiores ad extremum vſque ſenium ſunt. Ideóque ferme tũ medicis omnibus, tum philoſophis, qui corporis elementa diligẽter inueſtigârunt, temperamentum id laudatum eſt, imò etiam vnum id proinde ſecundum naturam ſe habere, quibuſdam eſt viſum. Nam quanquã in principio ſit deterius, tẽpore tamẽ reliquis præſtãtius euadit. Quò magis qui tuendæ huius corporis ſanitati pręficitur: iis, quę ab ipſo defluũt, proſpicere debebit tum exercitatione, vt dixi, tum balneis ante cibum pluribus, tum verò iis, quæ per ventrem, & vrinas redduntur, excernendis. Nec prohibet præterea quicquam, quin & apophlegmatiſmis & purgationibus aliquando vtatur, anteq; omnia cibis boni ſucci, ac vini potione quod vrinas promoueat. Et de calidis quidem tẽperamentis abundè dictũ eſt: de frigidis deinceps agẽdum. Sunt porrò & horum tres

ſummæ differentiæ.nam aut modicè ſe habent in altero cõtrariorum pari ita vt nec humidi ſint nec ſicci:aut alterum in his redundat, vtiq; vel ſiccũ vel humidum. peſſima tamen meritò ſicca temperatura eſt: quippe quod temporis ſpatio ſeneſcẽtibus accidit,id iis ſtatim ab initio contingit. Ergo iſtos humectare calefacereq́ue oportebit. Id fiet exercitatione modica,& nutrimẽto humectãte,ac calido: prætereà vini calidi potione,& ſomno liberaliore: illud interim prouidẽtibus nobis,vt excrementa omnia, quæ vel ex cibis,vel ex potione proueniũt,quotidie expellantur. De veneris vſu dictũ ſuprà eſt, eã omnibus qui ſicco temperamẽto ſunt,inimicam eſſe,nunc verò etiã ex hoc numero potiſsimùm aduerſa eſt iis,qui ſupra ſiccitatẽ frigidi quoque ſunt.Nã innoxia venus iis tãtũ eſt,qui calidi humidiq́; ſunt,tũ verò qui genitura naturaliter abũdãt:de quibus inter inæqualia tẽperamẽta mox dicetur. Malum verò & illud frigidum tẽperamẽtũ eſt, quod cũ humiditate cõiũgitur: maximeq́; id fluxionũ morbis eſt obiectum. Succuritur huic & balnei abſtinẽtia, & exercitio & tenuiore victu,& vnctionibus,quę modicè calefaciũt:quarũ forma narrata pri⁹ eſt,vbi de laſſitudine egim⁹. At qui frigidi natura ſunt,

cæterùm in ſicci humidiq; tẽperatura modicè ſe habent:minus ii vel ad ſanitatẽ,vel ad corporis robur ſunt inepti,quàm qui in illis ſunt intẽperati. Horũ igitur excitare: firmareq; calorẽ expediet. In humiditatis verò ſiccitatiſq; ſpecie, † tota victus ratio media eſt exhibẽda. Atq; hæc mihi omnia de iis dicta ſunt, quos æqualis intemperies premit,hoc eſt quibus omnes corporis partes ad calidius,vel frigidius,humidius, vel ſiccius,ſimiliter ſunt inclinatę. De iis verò qui inæqualem corporis conſtitutionẽ habent, non poteſt paucis diſſeri, propterea quòd numeroſæ horũ varietates ſunt: quũ aliis alia particula malè temperata ſit. Sed & ſi duas tãtùm quis intemperatas habeat, harum quoque varietates non paucæ ſunt, proindeq; quum prius docuero quæ nam iis exhibẽda ſint, quibus inculpatus quidẽ eſt corporis ſtatus,viuunt autem vitam ſeruilem,ſiue negotioſam, ſiue quouis modo aliter appellare placet,ab iis verò quę nam iis, qui æqualem intemperantiã habent, in ſimili viuendi genere: tranſibimus dehinc ad eos qui inæqualẽ in corporis partibus ſtatum habẽt. Ergo ſalubris, & inculpatus corporis ſtatus in latitudine (vt ſępè dictũ eſt) intelligi debet, ſicuti etiam ipſa ſanitas. Nam neq; ſanus eſſe quiſquã noſtrũm

† Mẽdosè legitur in Græc.cod. impreſſis ὕλης, pro ὅλης, & paulò pòſt pro μέσον, legẽdũ eſt μεσογενηλέγεσθαι, vt habetur in veteri.

videri poteſt,ea ſaltē,quæ omnino inoffen
ã inculpataq; ſit ſanitate : neq; inculpabili
ſſe corporis ſtatu. At ſanos eſſe dicūt, qui
ec parte aliqua corporis dolent,& ad vitę
nunia haudquaquam ſunt impediti, pari
nodo & corporis ſtatu illæſo eſſe,quū nec
b externis occaſionibus facilè in morbos
ncidunt,nec ab internis.Illo nimirum pro
certa prius definito, aſsiduè ægrotare
iquos nō ob proprium corporis ſtatum,
d propter vitioſam victus rationem,dum
t in deſidia vitam exigunt : aut nimium
borant:aut in ciborum qualitate,quanti-
éve,aut tempore peccant:aut exercitium
quod noxium exercēt:aut in ſomni mo-
, aut veneris immodico vſu falluntur:
t etiam ægritudine animi,curisq; parum
ceſſariis ſe macerant. Quippe non pau-
s nouimus eiuſmodi de cauſis, quotan-
ægrotare, quos tamē nō dixeris vitioſo
rporis eſſe ſtatu : ſicut eos qui quū nullo
rum, quæ recenſui, deliquerunt, tamen
rpetuò ægrotant.Ergo primùm propo-
s ſermoni is eſto, qui corporis ſtatū in
tudine inculpatum habet,quíque alteri
ens,toto die miniſtrat,aut maximo ma-
ratui, aut monarchæ, cæterùm ad ex-
mum diei,liber à domino diſcedit,Quo
rurſus definiēdum nobis eſt,quem fi-

nem diei dicimus, quando aliâs lectori ſermo noſter imponat:niſi certa diſtinctione ſequetur. Si enim dixero abire tum primũ hominem ad corporis ſui curam,quum ſol occidit. nec adiecero quo die id velim circáne ſolſtitium æſtiuũ an brumam, an circa æquinoctia,an alio quopiã tẽpore,quod dictis interuenit:non poſſunt cõmoda præcepta tradi. Romæ enim maximi dies ac noctes,paulò maiores quindecim æquinoctialibus horis ſunt, contrà,minimi, paulò intra nouẽ. In magna verò Alexãdria maximus dies quatuordecim horarũ eſt,minimus decẽ. Ergo qui in breuiſsimis diebus & longiſsimis noctibus à miniſterio occidente ſole redit,huic fricari per otiũ, & lauari,& modicè dormire licet. Porrò nemo eſt,cui nec in maximis,nec etiam his,liceat aliquid mediocriter agere. Nec ipſe profectò quẽquam nouit tam infelici vitæ ſorte. Antoninus enim,qui imperatorũ,quos ipſi vidimus, promptiſsimus ad curã corporis venit, † breuiſsimis diebus ſole occidente in palæſtram ingreditur, lõgiſsimis autem hora nona, aut ad ſummũ decima. Quare licet iis, qui illi in diurnis officiis aſsiſtunt, vbi diſceſsêre reliquo diei tempore corporis curam agere:ita vt ſole occidente,ad ſomnum ſe conuertant. Nam quum minima

† In Græ. codic. impreſ. legitur μακρᾶς.i. lõgis, tamen melior lectio videtur, μικρᾶς, ſicuti vertit interpres.

nox

ꝓx nouē horas ęquinoctiales ęquet, abun
lē iis fuerit, ſi id totum tempus in ſomno
ũmpſerint. Ergo vidēdum eſt, aſſuetus'ne
er ante actam vitā exercitationi talis mi
iſter fuerit, an citra exercitationem laua-
i. Nam ſunt qui ne frictionē quidem ſibi
dhibeant, ſed protinus perfuſi oleo, bal-
eum ingrediantur, aut etiam ſtrigili tan
ım arrepto, quo ſudorem in ipſo balneo
eſtringant. Ac nōnulli quidem hanc con-
ıetudinem modicè ferūt, ita vt aliqui eo-
ım, nec aſsiduè ægrotēt, [nec longo tem
ore,] vtique quibus libera corporis tran-
iratio eſt ἰνδιανάνιυγους Græci vocant, eoſ-
em aliqui tum medicorum, tum gymna-
arũ ἀραιοσυγκρίτους Gręcè appellant. Quin
ctum & ab Hippocrate eſt huic generi
ominũ ſanitatē magis conſtare, ait enim:
Laxitas corporis ad tranſpiratum, quibus
ura per cutim feruntur, ſalubrius: quibus
aciora, minus ſalubre.] Hāc corporis na
ram ad aliā conſuetudinē transferre nō
portet, ſed nec vllā omnino aliā naturā,
ſi quę longo iam tēpore ægrotat. Quòd
qua aſsiduè ægrotet, diſquirere in ea
uſam conueniet. Ea inuenietur, ſi initiũ
quiſitionis ab ægritudinis ſpecie cœpe-
mus. Quicquid enim eorũ quæ † in ipſos
nt, corpus affligit, duplici id occaſio

† Mēdosè leguntur in Græc. cod. impreſsis, ἐναντίας, pro ἐν αὐτοῖς.

*In veteri cod. legitur ὅπως ἀρίςους. i. vt optimos.

ne oritur, aut redundantia, au ſucci vitio. At ſi quidem redundantiæ vitiis ægrotare videbitur, huc vniuerſa tendet victus eius ratio, vt ſuccos ad conuenientẽ modum reuocet: ſin ex ſuccorũ vitio, * vt pares]eos faciat. Prius autẽ ſpecialiter dicetur, quẽadmodum proſpiciẽdum mediocritati ſit, quæ in quãtitate ſpectatur: pòſt, quemadmodum æqualitati, quæ in qualitate cõſiſtit. Itaq; iam de priore agamus, ducto tandem ad principium ſermone, vbi quod ex corpore exhalat minus eſt iis, quæ accepit, redũdãtiæ oriri morbi ſolent. Ergo proſpiciendũ eſt, vt eorũ quæ eduntur, ac bibuntur, reſpectu eorũ quæ expelluntur, conueniens mediocritas ſeruetur. Sanè is modus ſeruabitur, ſi põderabitur à nobis in vtriſque quãtitas. Qui enim balneũ ſtatim ingrediũtur, iis poſteà frictione vti, atq; etiã prius paulùm dimoueri: qui verò hęc prius obierint, paululum etiã hęc ipſa inaugere, ſuadebimus: detrahere verò de nutrimẽti vel quãtitate, vel qualitate, vel etiã vtraq;, Qui enim celeriter notabilem abundantiam aceruant, iis de vtraq; : qui non celeriter, aut nõ notabilem, iis de altera demptum, eſſe ſat fuerit, vltra videlicet homo ipſe potius voluerit. Ac quemadmodũ de quãtitate dematur, notum eſt, de qualitate

demi

lemitur, quum exigui nutrimenti cibus
pponitur. Siquidē non pauci ſuilla nutriti,
elerrimè copiam aceruant: quum aliâs re
uirat id nutrimentū, tum frictiones, tum
xercitationes planè vehementes. His igi-
ir olera, & legumina, quæ non multū cor
ori adiiciant: præterea piſces, & aues, quæ
ultum item non nutriant, exhibēda ſunt.
ui verò vitioſos congerunt ſuccos, ii non
erinde vt qui redundantiam cogunt, vni
ntùm rei ſunt intenti: quandoquidē nec
nica eſt vitioſi ſucci ſpecies. Alii enim ma
is frigidū pituitoſumq́; eiuſmodi ſuccum
ongerūt: alii magis calidum ac bilioſum:
onnulli magis aquoſum: alii rurſus magis
elancholicū, id eſt, qui magis atræ ſit bi- †*Mēdoſè*
. Horum ergo cuique abſtinēdum ab iis *legitur in*
cibis potionibusq́; eſt, qui eum, quem ipſi *Aldino*
geſſerunt, ſuccum facilè gignant. Porrò *ἀιτίωντι,*
ctum abūdè de iis eſt, in tribus libris qui *pro σιτίων*
ciborum viribus ſunt inſcripti: item in *τι.*
io, quem de iis qui bonum malúmve ſuc **Mēdoſè*
m gignunt * inſcripſimus. Eſt & præter *legitur in*
s alius de iis qui extenuant cibis, vtilis *Græc. cod.*
ofectò iis qui crudū congerunt ſuccum, *impreßis*
i craſſus quidem omnino eſt, non tamē *ἢ διάθεσις*
rpetuò glutinoſus. Sanè omnibus his cō- *γίνεται, pro*
une auxilium eſt, alui deiectio: potiſsi- *ἢ διαίρε-*
ūm verò quib⁹ eſt naturaliter aſtrictior. *σις γίνεται*

Communis porrò eſt,& veneris conueniẽs mediocritas. Quibus enim inculpata corporis conſtitutio eſt, non debent ii, veluti ſiccis ſuprà præceptum eſt,à venere omnino abſtinere. Illud tamen cõſiderationem deſiderat,ſemélne die,an bis ſit iis qui eiuſmodi vitam agunt,comediſſe ex vſu. Eius conſiderationis caput eſt, & corporis ipſorum natura & ab hac in victus ratione cõſuetudo,& tertio ab his, ſi mutare victus rationem videbitur,quo pacto eius mutationem homo ferat. Atque ab ipſa quidem natura,eius quod cõducet† ſignificatio datur. Et eorum quidem quibus bilioſus venter eſt (ſicuti dictũ nobis in quarto iam eſt & nunc nihilominus dicetur) primi ſemper ciborum, ac potionum ſint, qui aluum deiiciant. Ex vinis quidem dulcia, & quæ mollire ventrem poſſunt: nõ enim omnia eius ſunt generis. Ex cibis,olera cum oleo & garo. Vitanda verò ex vinis ſunt auſtera:ex cibis, qui aſtringunt, niſi ſi firmandi oris ventris cauſa poſt totam comeſtionẽ exhibeantur. Id autem experientia quoque diſcernẽdum eſt. Sunt enim quibus aſtringẽtium vſus adeò aluum non comprimit, vt etiam ad deiiciendam conducat, proptereà quòd os ventris roborat: quod euidẽtiſsimè in iis, qui imbecillius id obtinẽt

† *ἔνδειξις id eſt, indicatio.*

cernit

ernitur. Quicunq; verò palæſtræ exerci-
iis ante balneũ ſunt vſi, priuſquàm diſtri-
tè negotiis vitæ ſe addicerent: iis vt ab
pſis abſtinuiſſe eſt incõmodiſsimum: ita vt
imiliter vtantur, præter incommodũ, etiã
ieri omnino nequit. Ergo exercitatione,
uæ apotherapia dicitur, de qua ſuprà egi
ius, iſtis vtẽdum cenſeo: & ſimul de ſuillæ
arnis modo, non nihil demendum. Quo-
iam verò (vt antè dixi) ſunt quibus ante
alneum eſitaſſe aliquid eſt melius: dicen-
um deinceps eſt, tum de hora, qua facere
debent, tum quantitate eorum, quæ ſu-
ent, ac qualitate. Ergo quod ipſe facere
ſueui. diebus iis quibus propter vel infir
os viſitandos, vel ciuilia negotia, putaui
e ſerius ad balneũ acceſſurum, id dicere
n grauabor. Ponatur dies quo id fit, tre-
cim horas æquinoctiales longus, in de-
nam verò corporis curandi ſpem eſſe:
c caſu viſum mihi eſt, circa quartam ho-
m ſimpliciſsimum ſumendum eſſe nu-
mentum: qui vtique ſolus eſt panis, atq;
e quidem ita feci. Quibuſdam verò pa-
ſolo veſci ſine obſonio non placet, ſed
n cum palmulis, oliuis, melle, aut ſale ſu
nt: ſunt etiam qui poſt eum bibunt. Ego
ò nec à tali cibo vnquam bibo, & ſo-
a panem comedo. Sit autem cuiuſque

eorum modus, is qui decima hora concoctus eſſe poſsit:quippe ſi exercitari cupiāt, eo maximè pacto citra noxam ſe exercitent.Siquidē non leue incommodum nonnullis accidit, quum repleti cibo ſe exercitant:nonnullis enim & caput impletur vaporibus,&in iecinore aut ponderis ſenſus, aut diſtentionis, aut vtriuſque percipitur. Ergo quum tale quippiam incidit, ſuccurrendum ei quàmprimū eſt,ſi iecur obſtructum ſit iis, quæ in viis eius hærentia impeditaque expediāt, ſi caput repletum eſt, ambulationibus: ſed potiſsimùm ante cibum, nihil tamen vetat quin & poſt cibum. Cæterùm has quàm maximè lentas eſſe expedit: illas, quæ ante cibum ſunt, magis his quidē citas,non tamē quales ſeſtinabundi vſurpamus,opere aliquo vrgēte. Quæ verò iecinoris meatus obſtructos expediunt, eadem tarditati concoctionis conducunt, horum optima ſunt oxymeli, & diatrion pipereon,.in quo nullū immiſtum ſit medicamentum non familiare.Ad hæc extenuatorius victus, hæc enim tarditatem cōcoctionis corrigunt, & obſtructiones iecinoris liberant.Vbi verò corruptio ciborum in ventre accidit, quibus id quod corrumpitur per aluum deſcendit,iis maximum id compendium ad ſanitatem

ſt. Quibus verò non deſcẽdit, ii prouocan-
i iis ſunt, quæ leuiter deiiciunt: cuiuſmodi
int dioſpoliticon, vtique quum pari cum
eliquis põdere nitrum immiſtum habet:
quod ex ficis & cnico componitur, aliá-
ue quæ ex cnico vel epithymo conficiun-
ır. Porrò, iis qui ita ſunt affecti, etiam vo-
ıitus ante cibum conducit: vomitus autẽ
ini dulcis potione prouocatus. Conſulen-
um verò his eſt, ne quid fumidũ, aut ma-
olens, aut deniq; facilè corruptibile nu-
imentum accipiant: ſed quæ boni ſucci
nt (medici euchyma vocant) potius eli-
ant. Scriptum verò de his alibi eſt; in iis
ıæ de boni, maliq́ue ſucci cibis prodidi-
ıus: prætereà in illis tribus, quos de cibo-
ım facultatibus inſcripſimus. Percommo
ım verò iis, qui ita ſe habent, hominibus
t, & ſi ex conueniente interuallo aluum
bducant per ea quæ modicè purgent: cu-
ſmodi eſt, quam medici dialoës picran
ræcè vocant. Si verò longo tẽpore vitio-
m ſuccum augeri ſinas, grauis quiſpiam
orbus ipſis incidet. Sanè poſſunt eiuſmo
ſibi curam impendere, iis diebus, quibus
blicũ aliquod feſtum celebratur, quo ni-
irum liberi à ſeruili miniſterio ſunt. Ve-
m multi per intemperantiam adeò nihil
gunt, quò quod vitioſum in corpore col-

lectum eſt corrigāt, vt etiam magis ipſum accumulēt, dum vitioſo victu in ipſis feſtis vtuntur. Quò fit vt aliis eorū diutini morbi incidant, à quibus tota vita explicare ſe nequeunt: cuius generis mala ſunt, & podagra, & articularis morbus, & calculus: aliis acuti, ſed qui vel ſingulis annis infeſtent, vel certè alternis omnino: aliqui verò etiā bis ita in vno anno laborāt. Ars verò quæ ſanitati tuendæ præſidet, iis qui ſibi paruerint, conſtaturam ſanitatē promittit: qui verò parére recuſant, iis perinde eſt, ac ſi omnino non eſſet. Recuſant autē alii ab ipſa in præſens voluptate victi, quos incōtinētes intēperantesq; nominant: alii ambitione, quā Græci hodie *κενοδοξίαν*, id eſt vanam gloriā vocāt. Quorū is erat, qui quiduis potius ſuſtinuiſſent, quàm picē ſibi toto corpore cōtinenter illini, ſuadētibus id medicis, pro gracilitatis remedio. Hæc enim nōnullis propter totius corporis in ſicci frigidiq; exceſſu intemperiē oritur: nōnullis verò propter digerentis in corpus, vel nutrientis, vel etiā ambarum facultatū naturalem imbecillitatem. Porrò omnibus qui ita ſunt affecti, auxiliatur vnguenti genus, quod à Græcis hodie dropax dicitur: vtpote quod & diſtribuendo in corpus alimento, & nutritioni cōducit. Et ſanè mul-

ex iis qui prius graciles fuêre, videre li
hoc remedio obeſos redditos: potiſsi-
ĩ quibus digerēdi facultas infirma erat,
triendi verò firma, ſed quæ per aptæ ma
iæ penuriam affatim nutrire nõ potuit,
od ei nimirum ex deducendi in corpus
nenti defectu, incõmodum accedit. Ve-
n aliqui per ambitionē (vt dixi) ne ſicut
icati, aut qui formæ plus ſatis indulgēt,
e vngi videantur, refugiunt eiuſmodi
ilium: atq; aliud quippiam ſibi à nobis
cogitari gracilitatis remediũ iubēt: quũ
nen nullum ſit quod huic poſsit æquari.
odeſſe tamen poſſunt etiam hæc, ſi ante
ueum, manu nec adeò molli, nec rurſus
era, corpus perfrices, quoad ruborē cõ-
hat: deinde dura frictione nõ multa cu-
cogens, denſam eam duramq; efficias,
his, ſi mediocri exercitatione vſum, ac
um, citra tamen longã in ſolio morã, ho
nem abſtergeas, ad iam dictæ frictionis
æ formam mox vngas oleo exiguo, ac
um offeras; Quippe ſtudium in his eſt,
bonũ ſanguinē in corporis molē attra-
is, vt tum nutricem vim firmes, túmne,
d attractum eſt, exhalet, proſpicias. Ac
natur quidem nutriendi vis excitato in
ibus calore. Non exhalabit autem, qui
actus in has ſanguis eſt, ſi oleo vnxe-

ris: vtpote quod emplaſtici medicamenti vim habet. Quòd ſi ętas nõ reclamet, etiã ſi frigida lauatione vnà cum prædictis vtetur, magno fruetur commodo. Contrà verò in iis qui immodicè ſunt obeſi, minuenda digeſtio eſt, augẽda verò corporis exhalatio. Porrò minuetur digeſtio aſsidua vẽtris deiectione: nempe aſſuefacientibus nobis nutrimenti inſtrumẽta, quæcunq; cõtinent, ea ſtatim deorſum impellere. Corporis autẽ exhalatio inaugebitur celeri exercitatione, cuius generis curſus eſt: prętereà vnguẽtis iis, quæ euaporãdi vim habẽt, fricando quàmplurimũ. Sanè frictionẽ mollem eſſe cõueniet, ac quæ laxũ corpus efficiat. Ipſe nanq; prępinguẽ quendam paruo tempore ad mediocritatem carnis reduxi, celeri primũ curſu vti cogens, dein ſudorẽ linteo vel molli admodum, vel admodum aſpero detergens. Ab iis vnguentis euaporantibus, quæ hodie acopa medici iuniores vocare ſolent, largiſsimè perfricui: ac poſt eiuſmodi frictionẽ ad balneum perduxi: à quo nõ protinus cibum dedi, ſed quieſcere interim iuſſum, aut etiam cõſuetũ aliquod munus obire, rurſus ad balneũ ſecũdò egi: poſteà ciborum multitudinem qui parum nutriret, appoſui eo conſilio; vt ſaturarent illi quidẽ, cæterũ exiguũ nutri-

men

menti in totum corpus ſubmitterent. Sed & alias quæ totum occupant corpus intẽperies, ſimili ratione corrigere conueniet: primùm eorũ quæ agi oportebit, inuento ſcopo: mox materiis, quæ ea præſtare queant. Nam nũc cõpendio ſermo omnis ſemel peragatur ad eos, qui tum frictionũ, tum exercitationũ, tum balneorum rationes memoria tenẽt, itemq; ciborũ, & medicamentorũ. Ac de frictionibus exercitationibusq; in hoc opere ſuprà dictũ eſt: de cibis verò alibi, atq; etiam de medicamentis. Quippe doctrina quæ methodo, id eſt via rationeq; traditur, quum cõmunia generaliaq; cõplectitur ad multa particularium, tũ facilè recordabilis, tum verò compendiaria efficitur. Ego verò quum non tantũ vniuerſalia ponam, ſed etiã particularium exẽpla his apponam, abſolutiſsimã me arbitror tradere doctrinã. Iam ad inæquales corporum flatus accingi tẽpeſtiuũ videtur, ea porrò etiam valetudinaria omnino ſunt. Sanè inæquales ſtatus trifariã fiunt, prout compoſitio corporis noſtri triplex eſt. Vna ex primis elemẽtis, ex quibus conſtant ea, quæ Ariſtoteles ὁμοιομερῆ, id eſt ſimilares partes nominat. Secunda ex his ipſis ſimilaribus, quæ ipſa quoque rurſus ſenſibilia diſsimilarium partiũ elemen

menta ſunt, ex quibus inſtrumentalium compoſitio conſiſtit. Tertia ab his totius corporis compoſitio ex ipſis inſtrumentalibus eſt, ac faciliſſima quidẽ, tum ad diſcernendũ, tum verò ad curãdũ tertia eſt, difficilior ſecunda, maximè lubrica †prima eſt. Cõmodius ergo à tertia incipitur, quæ faciliorẽ ſe, & ad cognoſcendũ præbet, & ad cuſtodiam: vt ſtatim in capite (neque enim alienũ eſt ab eo cœpiſſe) quod intẽperatæ naturę ſit, adeò vt multa excremẽtá gignat, vnde lædi ſubiecta mẽbra contingat, in quodcunq; excrementa procubuerint. Ac promptiſsimè quidem in os & nares excremẽta impetum faciũt: decidunt verò & in oculos, nonnullis etiã in aures. Sed excrementi in os decurſum tum gula excipit, tum aſpera arteria, appellant hanc Græci & βρόγχον cuius ſumma pars, quæ ore cõiũgitur (λάρυγξ autẽ Græcè dicitur) inſtrumentũ eſt vocis, vt in libro de voce eſt indicatũ. Ergo is larynx ab iis quæ capite decidunt madefactus, principiò quidẽ raucam vocẽ facit, procedente verò tempore paruã. Si verò longiùs etiam procedit malum, totã adimit: quippe cũ larynge arteria quoque ipſi vna humectatur. Quòd ſi acris fluxio ſit, nõ ſolùm ad vocẽ ineptæ prædictæ partes fiunt, ſed etiã grauiſ

† *In Græc. codi. Ald. Mendosè legitur ἡ τρίτη, id eſt tertia, ſed in veteri eſt, ἡ πρώτη, id eſt prima.*

uiſsima quædã eroſio his accedit: quæ talis eſt naturæ, qualis ſunt, quas ſubinde in cute citra externã cauſam læſa, factas videmus: ita verò & pulmo his exulceratur, & morbus tabes dicitur, Græcè φθόη. At ſi in gulam & ventrẽ fluxio feratur: quæ quidẽ frigida eſt, in frigidã intemperiẽ corpora mutat, quæ calida in calidã, hæc verò etiã exulcerat ſpatio. Inter initia verò appetentiam, & cõcoctionẽ labefactat. At frigida quidem fluxio tarditatem concoctionis, & cruditatem, & acidos ructus creat. Quòd ſi etiam corrupta ſit, alimentum quoq; in corruptelam vertit, quæ vel fumidos, vel acidos, vel alterius cuiuſquã dicibilis indicibiliſve qualitatis ructus emittat. Si verò inferius ſe noxa recipiat: & ieiunũ, & craſſius inteſtinũ, quod colon vocant, affligit. Quinetiã vaſa, quæ ſunt in meſenterio, & per quæ fit in iecur cibi digeſtio, tãgit. At nonnullos quidẽ carẽtia appetitus excipit, alios appetẽtiæ à natura alienæ, quas caninas appellant: aut etiã vitioſi cibi cupiditas: qualis grauidis, quas κιττῶσαι Græcè vocãt, accidit. Sanè nõ latet vnã quoque & pariſthmia, & parulides, & antiandes, & dẽtium eroſiones, & vlcera, & putredines in ore, ſaniẽ hãc, quæ à capite in ipſa decidit, conſequi. Ac pleraq; medicorum pars, aut

Columellam incidunt, aut medicamenta quibus expui faciāt quod in pulmonē per aſperam arteriā defluxit,exhibēt. Alii ventri proſpiciunt:alii dentibus & ori,aut etiā iis quæ in naribus conſtitére,prouident:vt de oculis auribusq; taceam, qui ipſi quoq; in nō paucis læduntur:quum ſatius (arbitror) eſſe ipſum mali ceu fontē tollere,caput ipſum firmando:aut ſi hoc præ magnitudine naturalis intēperantiæ non liceret, ſaltem illi proſpicere, ab ipſa ſcilicet vitii ſpecie, prouidentiæ ſignificatione ſemper accepta:nec committere,vt quod nonnulli medicorum faciūt, qui omni capiti medicamentū, quod ex thapſia & ſinapi cōponitur,applicant: id ipſi quoq; facerēt,quādo ſi ex calida intemperie caput malè habet, talia medicamenta noceant. Expedit igitur hos frequēti balneo potabilis aquæ fouere,quo & calidos vapores, qui in capite ſunt,euocemus,& totum capitis temperamētum melius reddamus. Calidarū autem quæ ſpōtè naſcuntur, noxius his vſus eſt:ſiquidē quæ ex iis ſulfuroſę,bituminoſæ've ſunt,eæ propterea quòd calefaciunt: inimiciſsimæ calido naturaliter capiti ſunt:aluminoſæ verò, qm̄ anguſtos habitꝰ meatus claudūt.Solis autem iis ſpontè natis citra noxā vtantur (ſi tamē ipſis vtēdū)

quæ

quę vtiq; dulces ſunt:ſic enim tutò dixeris. Nã quod vtile etiã aliquid ex ipſis proueniat,id verò nõ perinde tutò dixeris:quando nec calidæ fortaſſe forẽt,ſi omnis calefaciẽtis medicamẽtoſæ virtutis eſſent expertes.Satius aũt ſit,eiuſmodi aquas experiẽtia diſcernere:quando etiã raræ inuẽtu ſunt,apud nos ſtadiiś ab vrbe paulò plus cẽtum:in Pruſa,minus decẽ. Ergo quæ apud nos eſt in Allianis(ita enim locum appellant) vnius tota rationis eſt,atque ex vno fonte manãs:quæ verò in Pruſa eſt,[diuerſæ.] Item diuerſus medica mentoſæ aquæ fons,æquè vt apud nos,in Licetis. Quibus verò caput vehementer calidum,æſtuãsq; eſt, iis præſtat æſtatis tẽpore roſaceo perungi,quod ex roſis tantùm,ac ſine frondibus ſit cõfectum. Atq; in hoc ipſo genere illud præſtantius eſt, quod ex crudo oleo (quod ompliacinũ & ómotribes Grecè vocant) iniectis roſis componitur,quod lõgè etiã melius eſt, ſi ſalis omnino ſit expers. Sunt capita,quæ propter arteriarum tẽperamẽtum in vertigines(quę Grçcè ſcotomàta vocant) & capitis dolores incidũt,in quibus etiã arterias incidere ſolemus. Sed hoc genus propoſitæ artis limites egreditur. Quæ tamẽ ex nimis acuto neruorum ſenſu aſsiduè dolent, qui à capite orti plu-

rima ſui parte, os vētris texunt, pars etiam ad reliquū ventrē deſcendit. His ſanè mederi propoſitæ iam artis officiū eſt, potius tamen cōſiliū eſt, id agere quo minus hæc vllo modo incidant, cauēdo, ne aut bilioſus humor in ventrem prorſus cōfluat, aut quàm celerrimè inde expellatur. Atque vt ne prorſus quidē cōfluat conſulueris, ſi citius cibū exhibeas. Vbi enim totius corporis bilioſius temperamentū eſt, vēter imbecillus vtique cibo, qui ventrem roboret (euſtomachum Græcè vocāt) firmari poſtulat. Vbi enim ita non proſpicitur, defluunt in eū, quas corpus aceruat, ſuperuacuę ſanies, quos Græci icholes vocant. Ex quarum vapore nō ſolùm capitis dolores nōnullis oboriuntur, ſed etiā ſuffuſorum, quos ὑποχεομένους vocant, ſymptomata. aliquibus verò & comitialis conuulſio. Horū itaq; omniū vniuerſa victus ratio ad frigidius potius, humidiuſq́; mutāda eſt. Quod autē in ventrem confluit, id vomitione, ac ventris ſolutione expellendum eſt. Stomachus verò cibis quidē quotidie prius, quàm bilem cōtrahat, firmandus, purgetur verò medicamentis, ex maiore interuallo, abſinthij coma, & compoſitione ex aloë: quam picram vocant, quippe hæc quod altius in tunicas bilioſi ventris ſe recepit, expurgat:

abſin

abſinthio parum id præſtare valente. Eſt enim abſinthio vis tãtùm detergẽdi,aſtringendiq;,ac talis quæ(vt ſic dicã) ſordes tunicarũ ventris detergeat, nõ ſi quid altius in eo imbibitum eſt, foras extrahat atque expellat ſicut aloë. Quæ autem poſt hanc ventri extrinſecus admouẽtur vnctiones, eæ modicè aſtringẽtes ſunto:vt melinum, maſtichinum,& nardinũ, & alia id genus. Ac æſtate quidẽ potius melinũ,hyeme nardinũ,vere maſtichinũ:nam id medium eſt inter melinũ & vnguentũ nardinum, hoc enim calefacit,potiſsimùm quũ amomum liberalius immiſtũ habet:illud refrigerat. Eſt autẽ opulẽtis mulieribus, & quod præſtantius nardino vnguentum ſit,nempe foliatum:prætereà quæ ſpicata vocãtur,quæ ventrem & roborare poſſunt, & calefacere. Si verò non modò caput calidam ſaniẽ ventris partibus tranſmittit, ſed etiã venter ipſe calidam intemperiem habeat:vtique qui frigefaciant,tum cibo,tum potione ſemper vti conueniet:atque eam qualitatem in his pro temporum anni ratione intendere variè,ac remittere:nuſquam tamen ad contrariam peruenire, id quod in iis qui medij temperamenti erant,fecimus,hyeme calefacientes,æſtate refrigerãtes. Ad eundem modum ſi vtraq; pars frigida

gida intemperie ſit affecta,ſemper calefacientibus tum cibis,tũ potione,tũ vnctione vtendum eſt:variè tamẽ ea pro temporum ratione intendẽda, remittẽdaq; ſunt. Porrò difficilis cõnexio eſt, quoties vel in calidum vẽtrem frigida & pituitoſa ſanies defluit,vel in frigidum calida, atq; harum duarum alteram ſemper expertus ſum magis ad curandũ rebellẽ:nẽpe in qua frigidi pituitoſiq; ſucci in calidũ decidunt ventrẽ. Peſsimus verò is ſtatus eſt, quũ homo ea compoſitione naturaq; eſt,vt nec vẽtrẽ facilè ſolubilẽ habeat,nec vomere ex facili poſsit.Corrũpũtur enim pituitoſi humores,ſi diu ſint in ventre morati : adeò vt & ipſum erodant , & ſimul vitioſos interim halitus ad caput ſummittãt. Nam ſi pituitoſus ſuccus à capite in frigidũ natura ventrẽ decurrat , facilè his ſuccurritur, ſi manè aliquid ſimplicis medicamenti ſumpſerint, quod dia trion pipereon dicitur. Sed & piper ſolũ ad exactũ cõtritum leuorem aquæ miſtũ bibere his licet. Ad quẽ vſum melius ſtomachoq; aptius albũ piper eſt. Porrò abſinthij potio his eſt aduerſiſsima, vt quæ pituitoſum ſuccũ ipſorũ vẽtri affigat, quum detergẽdi vim nõ habeat, quæ adeò ſit æſtimanda:ſed nec aloë valde his cõducit,quum ei bilioſi trahendi humoris

facul

facultas ſit,eoque excogitata ſalubriter eſt cõpoſitio,quã picran vocant:quæ acrimonia caloreq; eorũ quæ in ſe habet, craſſos & lẽtos ſuccos diſſecat, ac deterget: cuius generis cinnamomum eſt. Verùm aſsiduè vti hoc medicamẽto nõ licet,ſicut dia triõ pipereon, aut dia calaminthes, quibus etiã ſi quotidie vtatur,quem frigidus vẽter infeſtat,nihil incõmodi ex iis ſentiet.In totũ ergo ad aloës drachmas centum, reliquorum cuiuſque coniiciuntur drachmæ ſex, quæ ipſa quoque ſex ſunt,atque hæc eſt picra quã Romæ omnes præparant.Ego verò etiam alias duas compono, atq; in altera eorũ quæ calefaciunt plus,in altera minus coniicio. At plus quidem reliquorum immiſcebimus, ſi de aloës ſolius pondere detrahemus ſic, vt in illius drachmas octoginta, reliquorũ cuiuſq; addamus ſex: minus verò,quũ aloës modũ augebimus, viginti drachmis adiectis ſic, vt centum viginti eius drachmis cæterorum cuiuſque adiiciamus ſex.Minimè verò latet,& quod in penuria cinnamomi ponendum pro eo ſit optimæ caſiæ duplum : quam aliàs ea eſſe virtute nõnulli putant, vt nihil ab inualido cinnamomo abſit :.nã à generoſo, etiam talis caſia longè ſuperatur. Verùm ſicut in boni panis inopia, vel viliſsimo ve

ſcimur: ſic in cinnamomi penuria, exquiſitiſsima vtemur caſia. At in quibus quidem venter aut frigidus eſt, aut etiã tẽperatus, cæterùm ad frigus propẽſior: iis aptũ medicamentũ eſt, quod dioſpoliticon vocant. Quod ipſum quoq; dupliciter cõfici aſſueuit, iis qui aluo ſunt aſtricta, nitro quod Berenicarium vocant, cum cumino, ruta, & pipere pari pondere admiſto: pro iis qui ſoluta ſunt, dimidio. Conuenit nanque ab hoc medicamẽto & pituitam extenuari, & ſpiritum flatulentum expelli. Grauis autẽ nec facilè tractabilis cõplexio eſt ventris, qui intemperanter calidus ſit, cum frigido capite. Quæ enim in ventrem defluit pituita, dia trion pipereon, ac dia calaminthes eget, etiam cuius modò mentionem fecimus, dioſpolitici. Os autem ventris ab iis qui calorem accendunt, offenditur. Ergo in iis qui ita ſunt affecti id agendũ, vt pituitã diſſeces, detergeaſq; iis quæ haudquaquam calefaciunt: quod genus oxymeli eſſe nouimus. Iam lubrica atq; ad curationem difficilis cõnexio eſt, vbi tales partium affectus coïerint, in quibus os vẽtris (quem ſtomachũ vocãt) imbecillum eſt, ac nauſeoſum: † vẽter autẽ ipſe retinetur. Quippe quæ hunc laceſſunt, *ſtomachum omnia ſubuertũt ita, vt in ſummo eius cibi

† In græc. codic. impreſsis deeſt ἡ γαστὴρ, quod in ãtiquis habetur.

** In veteri additur εὐθέως, id eſt ſtatim.*

bi natent, & nauſeam ſubinde excitent:his neceſſariò incidit, vt cibũ parũ bellè concoquant. Quòd ſi contrà illis ea, quæ ſtomachum firmant,exhibueris:etiam in tertium quartumque diem ipſis venter ſiſtitur. Huiuſcemodi igitur hominibus vnicam victus rationem cõuenire animaduerti:nempe vt primo loco olera cum oleo & garo, aliaque, quæ ventrẽ mollire ſolent, ſumerẽt: poſt iuſtum autem cibi modum, aliquid eorum quæ ſtomachum roborent, acciperent:ea ſunt mala, & pira,& punica: quippe aliqua ſunt horum generum, quæ citra acorem aſtringãt.Ipſe autem qui affligitur, omnibus ſeorſum vſu exploratis: quod minimè noxium iucundiſsimumq; inuenerit, eo vtitor. †Nõ multum]autem de horum ſingulis eſt ſumẽdum: ſed quãtum (vt dixi) inbecillitatem ſtomachi reficiet, nam eiuſmodi horum vſum vẽtrem ſoluere experientia comperi. Atque in toto tum magis qui ita ſunt affecti deiiciunt, ſi quid aſtringẽs poſt cibũ ſumpſerint,quàm ſi eo prorſus caruerint; proptereà quòd os ventris iam roboratum,& trudit deorſum quæ in ſummo natant,& cum his vnà quæ in toto ſuperiore ſunt ventre, tum verò ipſum ciborum momentũ inteſtina quoq; exceptum ſeruant, ipſa quoque impellen-

† Mēdosè legitur in Græc. cod. impreßis μὴ παχὺ, id eſt, non craſſum, pro μὴ πολὺ, vt vertit interpres, & in veteri habetur.

tia,quæ à ſuperioribus acceperunt. Videtur enim ipſa tum impellendi,tum expellẽdi vis,etiã ſi à ſede ipſa aliquid ſurſum impulerit ipſum motũ longiſsimè tueri,quãuis pręter naturam ſit eiuſmodi in animalis corpore tranſitus.Cæterùm ita ſe habere , vt dicimus , cuius intelligere licet , ſi quod ſæpè nobis accidit , ad memoriã reuocet.Nam mordax interim humor in locum aliquem ſedi vicinum receptus, ad expulſionem ſui nos irritat:quem tamẽ cohibere propter ciuilia negotia coacti,nec ab his expediti eum expellimus,& facta conuerſione†eius] caput inde dolere ſæpenumero ſentimus.Optima igitur ratione,tãetſi lubricantes cibi ſtomachum innatant, auſtera ſumpta vbi ſuperioribus vẽtris partibus robur addiderint,principiũ deorſum ferẽdi iis,quę in eo cõtinentur,ſuppeditãt. Id ferendi principiũ inteſtina tũ excipere, tum ad imum vſq; exitum ſeruare ſolent. Atque quũ ſatis de his hactenus ſit dictũ, ad aliam inæqualẽ cõpoſitionem tranſire par eſt, quæ nulli dictarum in malitia cedit: vtiq; in qua renes calculũ gignunt, aut tophos,quos Græcè πώρους , aut quomodocunque aliter vocant: totus verò corporis habitus gracilis eſt,hi nanque medicamẽta,victumq́;,quæ extenuare poſsint,requirunt

†In Græ. codic. impreſ. nõ eſt hæc particula, ſed eius loco deeſt τῆς γαστρὸς· id eſt. ventriculi, & illud ἀνατρεπομένων, legendũ eſt ἀνατρεπομένους, ſicuti locus legitur in veteri cod.

runt

runt. At ea gracili corpori ſunt inimiciſsima: adeò vt quidam qui propter renum vitiũ vſus his fuerat, vbi digitos deterius moueri, ſentireq́; ſenſit, & vt ipſe locutus eſt, veluti †cauum quiddam]ſonãtes, communicauit rem medicis, primùm in Cãpania, vbi ipſe agebat: hi, tãquam* eo affectu laboraret qui paralyſin, id eſt reſolutionem neruorum minaretur, medicamentis, quæ ex euphorbio, & limneſi (quã etiã ἄδαρκην, vel ἄδαρκον Græci vocant) vtebantur. Vt autem affectus ei in deterius ceſsit, & ſymptomata cum vehementi dolore ad ſuperiores partes ſemper aſcenderẽt: mihi qui id temporis in Campania fortè eram, rem indicauit, opemq́; rogauit. Ego verò quũ ex iis medicamẽtis, quæ memorauit, ſiccatum, in hunc affectũ veniſſe intellexi: quęrẽtiq́; qua maximè victus ratione ſiccitati ſuæ citra rerũ noxam mederi quis poſſet, ptiſanæ cremorẽ excogitaui, & piſces tum ſaxatiles, tũ qui in alto mari degũt, aliosq́; in quibus nihil eſſet glutinoſum. Simili modo & ex volatilibus quæcunque ſimilem carnem habent. Porrò multæ ex montanis vocatis volucribus, tali ſunt tẽperamento. Quas nanque in vrbibus cõcluſas caupones qui eas venditant, humido ac copioſo nutrimento inpinguant, aduerſiſsimæ

†In Græ. legitur τὶ καπνιρὸν. id eſt quid ſimile carnibus à fumo exiccatis.

**In veteri Græc. codi. legitur non κατὰσχομένου ἀυτȣ̃, ſicuti in impreſsis, ſed καταψυχθέντων ἀυτῶν. id eſt, ipſis perfrigeratis. Vide noſtras annotationes.*

me his ſunt. Optima verò iis, qui ita ſunt affecti, caro eſt, vt ex auibus perdicũ, proxima attagenarum, & ſturnorum, & merularum, & turdorum. Quòd ſi montanarum auium copia non eſt, de iis quæ in agro victitant, & gregalibus columbis, qui in turribus nidificant, ſumere licebit, itẽque paſſerculos, qui ſimiliter in turribus nidificant, pyrgitas Græci vocant. Sunto autem in editis locis eiuſmodi turres: ita nanque & gallinis, & gallinaceis, qui in corte alũtur vti licet. Lac verò ſic affectis reliquorum quidem animalium eſt prohibendum: vnum verò aſininum concedendum: propterea quòd cæteris omnibus eſt tenuius. Ac, vt vno verbo dicam, mediam eſſe conuenit inter extenuantem impinguantemq́ue victus eorum rationem. Particularem verò quæ his conueniat materiam, tum in iis libris ſcripſimus, qui ſunt de ciborum virtutibus editi, tum in eo in quo de euchymia & cacochymia præcipimus: Adeò ſuperuacuum eſt hoc loco pluribus morari: quũ id tantùm dixiſſe ſit ſatis, de toto horum corpore nutriẽdo curã habendã, per eã, quam ſuprà comprehendi, victus rationẽ, vbi de eo ſermonem feci, qui quiduis potius ſufferre voluit, quàm picę illini. At ſi obeſus ſit, quem calculus

inſeſtat,audacter huic tenuem victum iniungito. Eadem & iis qui articulorum vitiis laborant conuenire pręcepta cenſebis. Quippe ipſi quoq; medicamentis arthriticis podagriciſque ebibitis, ſi carnoſi, & craſsi,& pingues ſunt,nullum ſentiunt incómmodum: ſin graciles, non modò totum corpus,ſed etiam pedes ipſos,interim verò & manus (ſi hæ quoq; prius malè habebant) in grauiſsimum ſtatum ſiccando perducũt.Scire tamen licet podagrica hęc antidota multum à nephriticis diſtare, nõ in eo modò,quòd craſſos glutinoſoſq; ſuccos attenuent, verùmetiam quòd calefaciant & ſiccent, nam calculoſis quæ valde calefaciãt,dari nullo modo cõuenit.Quoniam verò dictum abundè de talibus omnibus eſt, in opere quod de medendi ratione conſcripſimus,præteréa in iis libris, quos de medicamentis edidimus: qui ipſi duplices ſunt, qui priores ordine ſunt, de medicamentis ſimplicibus:qui poſteriores de compoſitis: profectò nec omnino nihil, nec prolixius meminiſſe de iis conueniebat, propterea quòd eiuſmodi corpora inter ea, quæ exactam ſanitatem habent, & quæ iam ægrotant,medium ſtatum obtinent, ſiquidem ea pars artis quæ inſtantem morbum declinat (prophylactice

græcè dicitur) affectis in hunc modũ corporibus cõſulit. Nemini enim ex iis qui corporis habitum inculpatum habent: aut medicamenta bibenda, aut tenuante victu vtendum cenſemus. Sed qui pro naturali imbecillitate, aut corporis totius, aut partiũ quarũdam, ex leui cauſa læduntur: hos ad prædictæ proſpicientis partis victũ, traducẽdos cẽſemus, atq; à ſuſpecto ſummouendos, quẽ tamẽ nemini eſſe noxium videmus eorum qui naturali corporis bono ſunt habitu, & modicè laborare non grauãtur. Verùm qui ex leui cauſa afficiũtur, ita vt magnis morbis aſsiduè vexentur, veluti comitiali, vertigine (quod ſcotoma Grçcè dicitur) capitis doloribus, item aliis in quibus caput ſubiectis partibus, ſymptomatũ occaſio eſt, quarum ſunt dentes, gingiuæ, columella, vno verbo, omnes quę in ore, & faucibus ſunt partes: ad hæc aures, & oculi, & ſtomachus, & vẽter, & ſpirãdi partes, nẽpe ſumma arteria, quæ larynx dicitur, & aſpera arteria, & pulmo, & thorax, his victus communis ſcopus eſt, caput ipſum ante omnia, & quàm accuratiſsimè minus opportunum ad vitia reddere: mox etiam afflictis partibus proſpicere, modò tamen ne ignoretur, hoc ipſum quoq; alia determinatione egere, vtiq; hac: Nõ om-

nes quæ læſæ ſunt partes, eſſe roborandas. Optima verò determinatio eſt, quæ ex vſu earum petitur: quippe oculorum & auriũ permagnus eſt vſus. Idcirco decidentibus in has à capite excrementis, deriuatio per vicinas partes (parocheteuſin Hippocrates vocat) moliẽda eſt, ac ad naſum potiſsimùm trahenda, quæ in has partes ferũtur: ſin ad naſum non ſequuntur, in os ipſum: vtique per ea quæ pituitam eliciunt (apophlegmatiſmata Græci vocãt) ſicuti ad naſum, tũ per ea quæ ſternutamẽta mouent, tum quæ eius obſtructiones aperiũt. Oculis verò ipſis robur adiicies, ſi ſicco collyrio, quod ex Phrygio lapide componitur, vtare: ac ſic palpebris ſpecillo inducas, nè oculi membranã intus contingas, ita nanque mulieres quotidie faciunt, quum ſtibio oculis gratiam conciliant. Ad aurium verò robur, adhibeas vel glaucium ſolum ſuper cote tritum cũ aceto, mox tepidum per ſpecillum blandè infuſum, aut etiam per inſtrumentum illud, quod publicè in vſu eſt, & oricularium clyſterem Græcè ὠτέγχυτα vocant, vbi verò ſatis firmatæ ſunt, ita vt nihil in has confluat: aſsiduè inſtillandum optimi nardini vnguenti aliquid, id olim duntaxat Laodiceæ in Aſia pręſtantiſsimũ fiebat, nunc verò & in aliis

fit

fit vrbibus.Robur autem auribus vel magis afferet,iiſdéq; proficiet collyriũ, quod dia glaucium,propterea quòd glauciũ recipit,vocant:prætereà diarhodon , & crocodes,& nardinum,& quod δι' οἴνου,Græcè dicitur:prætereà ex vnguentis ea,quæ Romæ opulentis mulieribus conficiũtur,quæ foliata & ſpicata vocant.Quòd ſi larga fluxio,& ſanies aſsiduè in aures à capite feratur, & exulceratio iã facta ſit:ſanè exulcerationi,Andronis medicamento,& ſimilibus medeberis. Inter autem id agendum, auertere materiam ad naſum, & os debebis:quo facto,iam comprenſis vteris.Veluti autem ex iis quæ à capite defluunt,identidem læduntur aliqua eorum,quæ illi ſubiecta ſunt:ſic ex iecinore,& renibus,vel liene in alias partes,quę ipſis ſunt imbecilliores,morbi incidunt.Siquidem demonſtratum in iis commẽtariis eſt,qui ſunt de naturalibus facultatibus inſcripti , ſingulas partes trahẽdi facultatẽ habere proprij ſibi ac cõuenientis ſucci, quẽ alterantes aſsimilantesq́; abutũtur ad nutrimentũ. Rurſus aliam facultatem habere,qua,quod ſuperuacuum eſt,expellere in vicinũ deſiderent.Ac ſi quidem ipſa quæ vicina particula eſt,corporis habitũ firmũ habeat : quod ſibi obtruditur, vtiq; non admittit, facitq́; vt

vt in ipſa ſolùm,quę primùm affecta particula eſt,dolor vſque ſubſiſtat. Sin imbecillior ſit,quàm illa vnde excrementum mittitur : admittit illa quidem , cæterùm ipſa quoq; ad imbecilliorem quãpiam à ſe rurſus tranſmitit : atque hæc rurſus ad aliam, donec in eam procumbat, cui imbecillior nulla ſit reliqua. Atque ad hunc quidẽ modum , quorũ nulla victus ſui cura eſt,alius alia parte aſsiduè vexatur. Qui verò nihil colligunt ſuperuacui,his manent imbecillæ partes ſemper in tuto.Cuius rei euidentiſsimum argumentum eſt quòd aliqui ſex mẽſibus pluribúsve infirmis partibus laborãt:quum ſi ſola imbecillitas ipſa†id efficeret , perpetuò laboraret infirma pars, ceu cui ægrotatiõis cauſa nunquã abeſſet. Nunc quoniã perpetuò non laborat,manifeſtũ eſt aliud quippiam interuenire,quod eius affectus gignẽdi ſit occaſio:quod certè aliud non eſt, quàm quod vel quãtitate, vel qualitate redundat. Atque hoc ipſum quod redundat,aut per totũ colligitur corpus, vocantq; eum affectũ Græcè plethoran,aut in parte aliqua principe , ſed quæ alioqui natura ſit imbecillior. Id verò aut in ipſa manẽs , aut ſe in imbecilliorẽ quãpiam natura recipiens, noxam ingerit. Illud ergo ante omnia cõſiderandum, defi-

† Mẽdosè legitur in Græ. cod. impreßis, τὴν βλάβην, pro τῆς βλάβης αἰτία, vt habetur in veteri.

nien

niẽdumq́; eſt proptérne ſemetipſum perpetuò laboret mẽbrum, ân propter aliud quod prius ipſo ſit affectum. Atqui extrinſecus quidẽ nonnunquam imbecillæ parti noxa incidit, ex eo quòd refrigerata † aut contuſa, aut vulnerata, aut laſſata eſt: plúrimũ tamen ex victus ratione, quæ redundantiam vitioſúmve ſuccũ contrahit. Attendere itaq; magnitudini naturalis infirmitatis membri cõueniet, hac prius diſcretione vſum, ac tenuiorem quidem homini victum quàm prius exhibere, tũ idoneam exercitationẽ iniungere, cauere verò ne quid ab externis cauſis noxæ incidat. Poſteà ſi ab his nec ipſe gracilis fiat, nec imbecilla eius pars affligatur: inſiſtendũ eidem victus rationi eſt: ſin autem aut omnibus membris fiat gracilis, aut malè afficiatur quod vitioſo eſt habitu, mutare talem victus rationem debebis: vtique ſi affligitur, duorum alterũ faciens, aut victum hominis in tenuiorẽ mutãs, aut certo anni tempore purgatione vtẽs. Ac aliis quidem vna quotãnis purgatio vere incipiente, ſatisfacit, aliis altera quoq; poſt hanc, autũno eſt opus. Ac ſi ſanguinis quidem abundãtiam corpus accumulauit, mittẽdus iis eſt: ſin vitioſum ſuccum, vacuãdus hic medicamento eſt, quod ſuperãtem humorem purget.

† In veteri Græco cod. additur ἢ φλεχθεῖσιν, id eſt aut inflãmata.

Quod

Quòd ſi ex tenui victu pars afflicta leuatur, ſed corpus emaciatur, picatione vtendum:ſicut anteà eſt cõprehenſum,ad extenuati habitu refectionem. Sanè peſsimus corporis ſtatus eſt & ille.Sunt enim,qui genitale ſemen copioſum calidũq; gignunt, quod eos ad expulſionẽ ſui proritat: poſtquã & ventris os illis reſoluitur (quod ſtomachus non à medicis modò,ſed etiam ab aliis hominibus vocatur,ita vt à veteribus Græcè *καρδία*) & ipſi toto corpore non ſolùm relaxantur,imbecilliq; fiũt,ſed etiam ſicci,graciles,pallidi, cauiſq; oculis cernũtur. Quòd ſi propterea quòd ex concubitu ſic vexantur ab hoc ſe retrahant nõ modò capitis moleſtiã,ſed etiam ſtomachi offenſionẽ, faſtidiaq; ſentiunt:ſed nec ex continentia magnopere iuuãtur. Accidũt enim ipſis per nocturnas imagines non minora incõmoda iis, quæ à concubitu ſenſerunt. Horũ quum quidam mordax præcalidũq; ſemẽ inter emittendum ſentire non ſolùm ſe,ſed etiã mulieres cum quibus rem habe ret, referret : ſuaſi homini abſtineret à cibis,qui ſemen genitale augerent : ſumeret autem non cibos modò,verùm etiã medicamenta, quæ id extinguerent:quorum tradita nobis materia eſt , in his libris quos de alimentis, itemquè quos de ſimplicibus

medicamẽtis conſcripſimus, tũ verò exercitationibus vteretur, quæ ſupernas partes potius exercent: cuiuſmodi eſt, quæ parua pila, & quæ folle fit, & quæ per alteres. A balneo verò lumbos totos vngeret, vnctione quapiam frigida. Talia ſunt & crudum, & acerbum oleum quod *ὠμοτριβὲς* & omphacinum vocant, & roſaceum & melinũ, vtique quod ex eiuſmodi fit oleo. Ipſe verò craſsioris ſubſtantiæ vnctiones nonnullis compono, † ne facilè à corpore defluãt. Eſt autem cõpoſitio earum ex cera, & aliquo eorum quæ refrigerẽt. Primum autẽ vbi ceratum (quod à medicis Græcè *κηρέλαιον* dicitur) feceris: dein in mortario manibus affatim ſubegeris, infundes refrigerantem ſuccum, quẽ etiam quàm maximè cum cera ſic permiſcebis, vt vnitas fiat, ſuccorum verò id genus deſcriptã materiam habes in ſimplicium medicamentorum libris. Quorum obuii maximè, facillimeq; parabiles ſunt, & ſemperuiui, & ſolani, & vmbilici veneris, & pſyllii, & polygoni, & tribuli, & portulacæ, hæc verò ſuccum non remittit, niſi dum in mortario tũditur, adfuſum ſit humoris quippiã, qui tenuis aquoſæque † non lentæ & craſſæ ſubſtantiæ ſit, qualis vuæ immaturæ eſt, & roſarum. Verùm hi æſtate reliquorum nõ pauci etiam

aliis

† Mẽdosè legitur in Græ. codi. Aldi. καὶ κηρελαίως, pro μὴ ῥᾳδίως.

† Perperã legitur in Græ. codi. impreſſis, καὶ γλίσχρου. i. & lentæ pro, μὴ γλίσχρου, vt vertit interpres.

† *Locus hic in Græc. codi. impreſsis eſt tum mendoſus tum diminutus. In veteri ita legitur,* μήτε ὅταν ἀκμάζει τὰ φυτὰ, καθάπερ τοῖς προειρημένοις, οὕτω καὶ τούτοις ἐστὶν ὑποστρώμασι χρῆσθαι. αἱ γὰρ σφοδραὶ ψύξεις τῶν ἐπιθεμένων τοῖς κατὰ τὴν ὀσφυχωρίοις ἀδικοῦσι τοὺς νεφρούς. *1. Neq; quũ in vigore conſiſtunt herbæ, ſicuti prædictis, ita his quoq; ſubſtratis eſt vtēdũ, etenim vehementes refrigerationes earum quæ circa ilia apponuntur, renibus noxam inferunt.*

aliis temporibus habentur, veluti lactucæ: qui ipſe quoq; ex refrigerātibus eſt: Quinetiã lini ſemẽ ſi in aqua coquas, refrigerantem cremorem efficit. Porrò gymnaſtarũ quẽpiam vidimus ex iis qui athletis præfuerat, qui athletæ cuiuſdã renibus plũbi laminã ſuperpoſuit, quo nocturnis imaginibus careret. Idq; quũ è plebe cuidã, qui ſic eſſet affectus, indicarẽ: adiut⁹ gratias egit. Alter verò cui carnis natura imbecillior erat, nõ tulit plũbi duritiã, huic ergo ſuaſi, earũ quas ſuprà dixi herbarũ aliquas ſubſternere, ac cum ipſis molles amerinę frondes, & rutæ: ſenſitq; illico ex his fructum, itaque vſus deinceps aſsiduè eſt. Quin vbi amerinę ſemine aſsiduè veſci ſuaſi, etiã ob id gratias egit, ſicuti etiã pro ruta. At taliũ quidẽ materia tum in opere de ſimplicibus medicamentis, tum in libris de ciborum virib⁹ tradita eſt. Nunc illud viſum eſt ſermoni neceſſariò adiiciendum, cauendas eſſe vnctione frigidas, quæcunq; ex papauere, mãdragoráve fiũt. Neq; enim horũ quippiã admouendũ† neq; etiam quum in ſummo

viriũ ſunt, herbæ ipſæ ſubſternẽdæ. Nam ſicuti prædictis, ita iis quoq; ſubſtratis, vti licet.] Quin roſas experiri cuidã ſuaſi, ſenſitq; ex his ſubſtratis leuamẽ citra vilã renũ noxam. Sed & aliud excogitaui, iis qui ita ſunt affecti, non inſalubre, veluti ex ipſo vſu cõperi. Quippe experiẽtia normæ vice ſemp habẽda eſt eorũ, quæ excogitaueris: nec ſcribẽdũ pro vtili quicquã eſt, quod nõ ſis expertus: niſi tamen hoc ipſum teſteris, non eſſe tibi adhuc expertũ. Quid ergo eſt quod à me excogitatũ magnæ eſſe vtilitatis ſũ prefatus? nẽpe ſeruare oportere, qui hoc vitio corporis vrgẽtur, quãdo maximè genitalis ſeminis abũdantiã, quod excerni poſtulet collegerint, ac die quopiã poſtquã boni ſucci cibis in cœna ſe modicè ĩpleuerint, ad ſomnũ cõuerſos cõcũbere, poſtero die quũ ſatis dormierint, ac ſurrexerint, linteo fricari, quoad rubor per cutẽ appareat, mox aliqua ex oleo frictione modicè vti: tũ exiguo interpoſito tẽpore, panis aliq̃d * bene fermẽtati & furno cocti,] ac puri, ex vino miſto guſtare: atq; ita ad opus cõſuetũ redire, medio tamẽ tẽpore frictionis ex oleo & panis guſtãdi, ſi quis locus in vicino ſit, in eo ambulare, excepto ſi hybernũ frigus ſit, tũ enim intus manere ſatius duco. Non diſsimilẽ roborandi per cibũ ſto-

*In veteri Græ. co. legitur, nõ ἔνζυμον, ſed ἄζυμον, id eſt, Nequaquam fermentati, id quòd cõfirmat verbum ſtatim ſequẽs κλιβανίτην, quod erat vertẽdum in teſtes cocti nõ in furno, vt vertit interpres. vide noſtras annotationes.

machi rationẽ,& Grãmatico cuidã, quem comitialis ſpaſmus aſsiduè vrgebat, ſuaſi: ac mirificè contulit. Maximè verò in fiduciã veni hominis iuuãdi,vbi didici tũ ſpaſmos incidere, quum diutius à cibo abſtinuiſſet, magisq; ſi dolor interim,iráve interueniſſet.Quinetiã habitũ corporis eius cõtuebar,†ſciſcitantiq; de hac ipſa re, ſtomachũ aſsiduè bili vrgeri eſt faſſus.Omnibus verò qui hæc legent cõmuniter illud ſuaſum velim,præſertim qui tametſi medicinæ artis ſunt ignari, cogitationẽ tamen habent exercitatã,ne veluti vulgus,ita ipſi quoque pecorum ritu,victus ratione vtantur, quin potius vſu explorent, quínã ipſis cibus,potúsve ſit noxius,quę pręthereà quãtaq; dimotió. Pari modo & de venere obſeruẽt: num noxia ſibi innoxiáve ſit: tũ ex quãto interuallo vtẽtibus noxia innoxiáve ſit.Nã, ſicut retuli, nõnulli immodicè læduntur: alii citra noxã vſu eius ad ſenium vſq; ſufficiunt.Verũ hæc ambo genera rara: nempè eorum qui magnopere læduntur, & qui nullum ſentiunt incõmodum. Totum verò quod in medio eſt, id cum maioris, minorisq; diſcrimine, ad magnũ hominum numerum ſe extendit: quorum qui nõ rudes ſunt,ſed ratione probè exercitata(nõ enim quorũlibet eſt hæc noſſe)

†In Græ. codic. impreſ deeſt, ἰσχνὴν id eſt gracilem, quod habetur in veteri.

iis ſuadeo obſeruent, ex quibus lædi ſe iuuarí ve ſentiant,ita enim fiet,vt in paucíſsimis medicorum opera indigeāt, quoad in ſanitate ſunt. Hactenus prodiderā , quum amicorum quiſpiam toto opere perlecto, vnum omnino reſtare dicebat,quod ſuperius à me relictum,pòſt erat dicendū,nempe medicamentum quod ex malorum ſucco conficitur, quod tum ad appetentiā excitādam iis, quibus ea languet,eſt vtile:tū ad concoctionem iis,qui parū feliciter cibos concoquunt: & in ſumma, vētri robur cōciliat.Laudato igitur homine, quod admonuit appoſui, & compoſitionem ipſius, quæ ad hūc modum ſe habet: Accipies ſucci malorum cotoneorū quæ dulciora maioraque ſunt,ac minus acerba,quæque noſtrates in Aſia Græcè ſtruthia vocant,ſextarios Romanos duos, quibus mellis optimi tātundē miſcebis , aceti ſextariū vnum & ſemiſſem,hęc quum ſuper prunas modicè coxeris,& ſpumam detraxeris,immittes zingiberis vncias tres , piperis albi duas, dein rurſus in ſimili igni recoques , donec mellis craſsitudo exiſtat,qua vtiq; craſsitudine ſtomachica medicamēta pręparari ſolent.Hoc verum medicamentum etiam iis quib⁹ inualidū iecur eſt,ſalutare in primis eſt. Illud verò latére non debet, ieiunis id

max

maximè dādū eſſe , mediocris myſtri modo,quāquam nec ſi à cibo ſit ſumptū, quicquam lædit. Commodè quoque dabitur, etiā ſi prius pranſus,quiſpiam ante cœnam id ſumpſerit. Maximè tamē tempeſtiuè id duabus horis, aut tribus ante cibū obtuleris.Quòd ſi id aſtringere magis voles, etiā ex cotoneorum ſucco conficias. Cæterùm ſicut vēter intemperie caloris laborat, aut etiam bili quouis modo abundat, huic auferri & piper, & zingiber debebit , ac ſuccus malorū cū aceto & melle,tantū ad præſcriptam craſsitudinē coctus dari. Qui verò medio tēperamento ventres habent,ita vt nec bilioſum excremētum, nec pituitoſum congerāt : iis piperis & zingiberis dimidium eius , qui prædictus eſt, modi, ſat erit:ita nimirum, vt ſit piperis vncia vna, zingiberis vna & ſemis.At quibus frigiditas temperiē vitiat:iis quatuor zingiberis, piperis tres , aut duas & ſemis vncias iniicies,licebit & quū ad mediū modū præparaueris,in ipſo vſu piper addere. Atque ad hūc modum iis quibus in diuerſis mēbris pugnantia tēperamenta ſunt,conſulendum cenſemus. Quibus verò in vna qualibet ſimilari inſtrumentalíve parte imparitas tēperamenti viſitur,de iis alio opere agetur.

INDEX IN SEX LIBROS GALENI DE SAnitate tuenda, qui duplici numero inſcribitur: primus paginam, ſecundus lineam denotat.

A

Abſinthii potio, cur ad uerſiſsima pituitoſis 356.lin.25
Abſinthii vis qualis 355.2
Acetũ cur ĩ farre 222.5
Acopa euaporãtia ſunt medicamenta 348.21
Actionis imbecillitas præter naturam, dicitur læſio 30.29
Actionis læſio quomodo ſumenda ſit 31.8
Actionis vitium membri ſe habentis præter naturam ſenſu deprehendimus 205.20
Actiones in pueris corporales pollent: animales in reliqua ætate 323.25
Actiones voluntariæ à quibus probè fiant 35.29
Actionũ diuerſitas temperamenti modo reſpondet 26.20
Actionum diuerſitatem per conſtitutiones varias ratio ſyllogiſmo concludens 27.14
Aegimii p̃cepta 142.5
Aegrorum victus ratio vnde ſumenda 43.10
Aër optimus quis 60.6
Aëris delectus & vſus ibidem
Affectio ex qua ſymptoma naſcit̃ 203.29
Affectio præter naturã

actionem interficiēs, morbus eſt 32.12
Affectio ſecundū naturam actionem perficiens, ſanitas eſt ibi. 11
Affectio ſecundum naturā neq; actionē perficiens neq; imperficiēs, neq; ſanitas eſt, neque morbus 31.28
Affectiones in iuuene temperato 197.15
Affectiones compoſitæ 170.15
Affectus humidi & mollis notæ 267.4
Affectuum coniugatio 188.18
Affectibus coniunctis quid agēdum 193.11
Affectuū coniugatorū ratio perpetua 187.25
Agninæ vitia 285.18
Alica poſt venæ ſectionem eſt vtēdū 251.21
Alimentorum differentiæ 77.29
Aloës & eius compoſitionis vis 356.28
Aloës compoſitio quid purget 354.27
Aloës virtus ibidē 28
Aloë ſenibus non conuenit 296.7
Alui reſtrictæ remedia 73.1
Ambroſia 286.13
Athanaſia ibidem 14
Analeptice 277.24
Anethum quale eſſe debeat, vbi oleum conficimus 246.20
Animi affectus 217.10
Animi facilitas quid præſtat 62.15
Animi mores quibus corrumpantur 47.1
Antiochus medic⁹ quomodo ſolitus eſt ſe cibare 279.6
Antoninus Imperator 338.21
Apomelitis compoſitio 132.23
Apophthegma Quinti 197.7
Apotherapia 108.5
Apotherapia duplex 148

148.19
Apotherapia q̃d 148.15
Apotherapia in mediis laboribus aliquando vtendum 159.5
Apotherapia cur partium tenſionem poſtulet 152.28
Apotherapia cur ſuſcipitur 149.7
Apotherapiæ frictio quid efficit 158.6
Apotherapia ſemper vti tutiſsimũ 150.27
Apotherapiæ vtilitas, & quæ in ea adhibeantur ibidem 28
Apotherapeuticam relaxare 193.20
Apotherapeutici exercitii modus 195.18
Apotherapeuticum exercitium 172.24
Aqua cur iniicitur quũ flores oleo coquũtur 244.7
Aqua quæ optima 59.5
Aqua vbi vtilior 245.24
Aquæ cauendæ 59.2
Aquæ crudę notę 59.18
Aquæ optimæ notæ ibidem 23
Aquam tum feruentẽ, tum frigidam claudere 184.22
Ars ſanitatis tuendæ quæ pollicetur 63.7
Artis ſanitatis tuendæ, principium 82.1
Artis ſanitatis tuendæ ſcopi, & quænã obiecta ſibi ꝓponat 63.26
Articulari morbo & podagra laborantium curatio 363.2
Artificis denominatio ab arte quam profitetur 123.19
Aſsimilatio quando fit 256.20
Aſtringentia poſt cibũ qualiter aluum ſoluant 359.20
Attrahentis, & expultricis facultatis ingenium 366.18
Atræ bilis morãdæ cauſæ 71.14

Atrop

Atrophia macerat 199.3
ἄνανσις quid 18.28
Augmẽtum caloris innati commune exercitationi & animi affe ctibus 126.12
Aurem quid roboret 365.19
Aurium exulceratio 366.8
BAlneũ à cibo quid obſeruandum poſtulat 327.23
Balneum ad ſomnum conducere 221.8
Balnei dulcis aquæ calfactæ virtus 161.16
Balneum quantũ & qñ exhibr-i debet 343.18
Balneum probè adhibitum pars apotherapiæ, & quid præſtat 162.18
Balnei vſus varius 259. linea 12
Balnea ſalubrium aqua rum pueris ſunt idonea 42.7
Balneorum vſus mutatatur pro corporũ differentia 259.19
Barbaris & agreſtibus Galenus non ſcribit, ſed Græcis & Græco rum æmulatoribus 55.14
Bibendum poſt cibum qui balneum præcedit, non eſt 54.20
Bilis flauæ ſiſtendæ cauſæ 70.11
Bilioſus humor ne in ventrẽ defluat 354.6
Bilioſam & pituitoſam affectionem quæ excipiant, & à quibus fiant & ſedentur huiuſmodi affectiones 47.25
Braſsica marina 196.25
CAcochymia quid 189.7
Calculoſi medium ſtatum habent inter ſanos & ægros 173.23
Calculoſo & obeſo tenuis victus audacter

iniūgitur 362. lin. 29
Calculoſorum potio 284.7
Calculoſis non conueniunt vehemēter calfacientia 363.16
Calidæ balneum temperato puero magis quadrare 62.7
Calidarum naturarum varia exempla 307.21
Calidi temperamenti correctio 328.27
Calor agilitatem ad mouendum præſtat 17.28
Calor innatus quibus augetur 125.19
Calor quibus mutatur 61.27
Calor quorum optimè ſe habent corpora, ſimilis quodammodo vſque ad ſummum incrementum manet ibidem 25
Calori mordaci vtile eſt balneum 312.5
Caloris imbecillitas 71.28
Calore populi qualitas & vis in oleum citius migrabit 244. linea 12
Capitis æſtuantis præſidium 153.15
Capitis prouidētia 252.18
Caput quemadmodum in ſubiectas partes vitia tranſmittit: ita iecur, lien, & renes in alias 365.4
Capitis repleti remedia 344.12
Capitis vertiginum & dolorum duplex cauſa 353.15
Carnis incrementum quibus eget, & à quibus ea recipit 101.25
Carnem laxare & mollē reddere quid 93.18
Caſiæ duplum pro cinnamomo 357.23
Cauſæ parcioris dietæ 182.15
Celeres motus citra viol

violentiam 130.27
Cera reſina 244.18
Ceratum 370.14
Cerebrum, animi domicilium 72.13
Cerebrum quomodo repurgatur ibidē 16
Cibus & potus quid ſequelæ habent 20.28
Cibi in ſtomacho calido 358.26
Cibo ſumpto cur non ſunt danda, quæ vehementiorē diſtributionē faciunt 240.27
Ciborũ multitudo propter aſſuetudinē apponenda qui parum tamen nutriāt 348.27
Cnico in ptiſana vēter ſoluitur 296.27
Color aliqñ ſucci cognitionē pſtat 216.28
Color vbi à ſucco prouenit 217.1
Comedere & bibere cur ſit neceſſe 64.19
Comitialis ſpaſinus aſſiduè grammaticum quendā affligēs, quomodo curat⁹ eſt 373.1
Compoſitũ omne ſimplici poſteri⁹ eſt 237.24
Conceptũ à calido concreſcit, & ſiccatur, & lineamenta obtinet, tādē exactā ſpeciē 18.1
Concoctio mala multiplex 255.13
Concoctio ad efficiendam ſimilitudinem neceſſaria 20.19
Cōcoctio melior eius quod ex tota ſubſtantia congruit 330.4
Concoctionis peractæ duplicis notæ ex vrina 85.29
Concoctione tertia facta aſsimilatio fit 256.17
Concubitus quos affectus in corporibus faciat 192.23
Coniecturæ alēdi pueri poſt exercitationes 144.20

Conniuentiæ curatio 74.5
Conſideratio de cibo, potione, & ambulatione 144.12
Conſueta cur conueniant 308.8
Conſuetudo & procatarcticæ cauſæ cur cõſiderentur 301.28
Conſuetudo quid præſtet 272.9
Conſuetudo quomodo mutanda 367.21
Cõſtitutionis optimæ corpus mediũ & ſymmetron 39.27
Conſtitutionem corporis neceſſariò ſequuntur actiones & probã probæ, culpatam culpatæ 34.29
Contraria contrariis quomodo exhibeantur 43.10
Coquus eorũ quæ præparat, rationem non nouit 139.12
Cordis & arteriarũ motus non intermittitur: ſed variè intenditur atque remittitur 133.28
Corpus deficiens ab optimo habitu, tribus fit de cauſis, à natura, ab ætate, ab aduentitiis 208.25
Corpus durius vnde 266.9
Corpus vnde fit obeſius ibidem 5
Corpus vnde gracilius 265.23
Corpus quæ mundum ſeruant 21.7
Corpus noſtrum corrumpentia ſub duplici ſunt genere 16.14
Corp⁹ noſtrũ cur medicã artẽdeſiderat.ib.11
Corpus obeſum, craſſum, corpulẽtum, idẽ 39.18
Corp⁹ optimũ adſui cuſtodiã qd poſcat 264.3
Corpus affligitur duplici ex cauſa 161.29

Cor

Corpus ſenſim calfaciendum eſt ante validam exercitationē 86.24
Corporis curatio in quo toto eſt crudus ſuccus cum vlceroſa laſsitudine 247
Corporis habitudo aut gracilis aut obeſa, illaudabilis 37.4
Corporis habitu exinanito plurium excrementorum congeritur niſi ſenſim nutriatur 256.linea 19
Corporis noſtri prouidentia omnis in duobus conſiſtit 299.10
Corporis optima conſtitutio 39.9
Corporis optimi temperamēti notæ.ibi. 15
Corpori corrigendo q̃ neceſſaria 264.22
Corpori non confectū non aſsimiliatum, nō adnaſcitur, ſed vt ſuperuacaneum errat 20.21
Corpora nō pura, atq; excremētis parū purgata, quò magis nutries, eò magis lædes 85.18
Corpora noſtra quibus calfiunt 125.12
Corpora pro ſua conſtitutione quomodo ſunt fricanda 96.2
Corporum omniū curandorum cōmunis ratio 302.19
Corporum vt magna eſt diuerſitas, ſic & victus ratio 80.17
Corrūpitur, ſeruaturq; quippiam iiſdem generibus 46.29
Corrupta in vētre morborū putredines occaſionem eſſe 153.17
Corruptio extrinſ. duplex 22.11
Corruptio interna duplex ibidem 5
Corruptionis ciborum in ventre remedia 344

344.26
Corruptionis noſtrę duplex cauſa, interna, externa 22.1
Corruptiõis noſtræ ineuitabilis cauſa 18.18
Cruda cur medicamentis non tentanda nec balneo ante concoctionem 22.12
Crudi cũ pꝛiculo in totũ corp⁹digeſtio 53.14
Crudorũ ſuccorũ quibus intus & foris laſſitudinis ſenſus, quomodo curandi 136.18
Cura corpꝛis noſtri optima eſſe non poteſt in vita negotiis implicita 80.24
Curatio eius cui ſunt gracilia brachia 277.3
Cutis dẽſiſsima aut duriſsima non eſt ſimpliciter vtilis ad ſanitatem 56.13
Corpꝛis conſtitutio quæ cauſæ rõnem obtinet, eſt ſcopus facultatis ſanitatis tuẽdæ 34.22
Cutis eſt naturale tegmen 41.26
Cutis fiat durior, denſior, & ſolidior iis pꝛtibus q̃ intus ſunt 41.16
Cutis raræ denſæ've incommoda 56.17
Cutis ſale temperata abundè 42.1
Cutis in vtero æquè mollis, vt cæteræ partes 41.17
DEfluxionũ, à cap. crura 169.24
Deligatio quid faciat 112.23
Denſitas vnde 190.8
Denſitatis in cute correctio 198.10
Denſitatis notæ 190.17
Denſitatis remedia ibi. 27
Dentientium dolores quibus indicentur & corrigantur 49.15
Dexter vſus ſalubrium quomodo habeatur 78.15

Diacalaminthes compoſitio 239.1
Diacalaminthes optimum medicamētum 241.15
Diacalaminthes ſalis loco ad obſonia vti licet 240.20
Diacalaminthes vires 241.16
Diacidonion compoſitio 374.15
Diaglaucium 366.3
Dialoës picra 343.21
Diatrion pipereō compoſitio 229.5.& 11
Diatrion pipereon vſus 227.7
Diatrion pipereon quādo exhibēdum 230.15
Diatrion pipereon ſimplex concoctione egētibus exhibendum 241.3
Dies maximus in Alexandria 338.12
Dies maximus Romæ ibi.9
Differentiæ ſumptæ à cauſis à qb⁹ frictio fit dura vel mollis 91.19
Dioſpoliticō cum optimo melle flatum maximè diſcutit & maximè diſſecat 227.6
Dioſpoliticon duplex vſus 358.6
Dioſpoliticō & eius cōpoſitio duplex 226.6
Dioſpoliticon ſumendum ante & poſt cibum ibidem 29
Diſcordia de exercitatione, frictione, & balneo 177.29
Doctrinæ elementaris commoda 109.13
Dolichon quid 132.6
Dura frictio extenuat 99.2
Duræ & lentæ frictiones apotherapiæ parum vtiles 151.11
Duri & mollis corporis & coacti ac laxi diſcrimē & quibus dura aut mollis frictio vtilis, aut fugienda 151.11

Durum, molle, rarum, denſum 110.24
ELementũ exiccans in generationis initio copioſius coniectum oportuit 17.18
Errorũ correctio 166.15
Aetas cur conſideretur 301.26
Aetatum variæ ſanitates 39.10
Aetatis in declinatione ſicceſsimus 332.3
Eucraſia duplex 35.22
Exceſſus modicus non facit ſenſibilẽ diſtãtiã à mediocritate 33.11
Exceſſus omnis fugiendus 57.29
Excrementũ quintuplex 64.23
Excrementum non omne alterationem à natura ſuſcipit 207.3
Excrementũ omne aut tollendum, aut alterandum eſt 206.29
Excrementum vehemẽtius agitatur excitando, frictione, balneo 205.8
Excremẽti in os decurſum tũ gula excipit tũ aſpera arteria 350.17
Excrementi primi vacuatio qualis 65.9
Excrementi quod per ſingulas animalis particulas congeritur tardandi cauſa 71.19
Excremẽti retẽti quod per ſingulas animalis particulas colligitur, remedia 84.11
Excrementa in ventre quibus cauſis morentur 68.18
Excrementa quemadmodum educẽda ſint 72.27
Excrementorum calidorum & frigidorum diſcrimen 206.11
Excrementorum cauſa contraria retentionis cauſæ ſemper admouenda 73.2
Excrementorum quare

cura nobis ſemper habenda 64.21
Excrementorum prouentus vnde 20.5
Excremētorum ſingula genera quibus ex cauſis remorentur 68. 18
Excretionis inſtrumenta ad quid 64.29
Exemplis Galenus legenté exercet 299.23
Exercendo ſumma obſeruandorum 125.10
Exercentis ſeſe conditiones 122.12
Exercet equitatio crura, femen vtrunq; ſpinam, collum, viſum, viſcera 135. 17
Exercet maxīa vox oīa vocis organa 132.28
Exercitandi qui quibus partibus nō sūt 172.26
Exercitandum omnino non eſſe vbi cruditas adeſt 195.3
Exercitandum quando, exercitatioq; quomodo adminiſtratur, & quare 85.7
Exercitari iis quæ per crura geſtantur, quibus ſit vtile 273.15
Exercitari quibus non licet 327.11
Exercitatio acuta 271.2
Exercitatio, alui & veſicæ vacuationē prærequirit 86.11
Exercitatio celeris manu fieri poteſt 131.1
Exercitatio qd, & quæ præſtet 84.17
Exercitatio & labor idem 83.19
Exercitatio Milonis 128.9
Exercitatio poſt venerem 192.12
Exercitatio præter motum vehementiā importat 83.1
Exercitatio quæ poſt vigilias & triſtitias ſit apta 194.29
Exercitatio quando omittēda, & quibus notis dep̄hēditur 142.15

Ex

Exercitatio ſummis pedibus & manibus erectis 18.18
Exercitatio valés 117.1
Exercitatio vehemens ibid.3
Exercitatiõis bene aut malè adminiſtratę cõmoda & incommoda 82.26
Exercitationis commoda duplicia 84.14
Exercitationis commodiſsimũ tẽpus 85.20
Exercitationis duplex ſcopus 149.6
Exercitationis genera 122.5
Exercitatiõis menſura, ordo, qualitas 75.17
Exercitationis celeris tardæve optimus ſtatus non eget 139.23
Exercitatiõis præcepta pugnare inter ſe vide ri aliquando 369.8
Exercitationis tres hæreſes 308.24
Exercitatio omnis calorem excitat 115.10
Exercitationẽ quæ ſequuntur 84.17
Exercitatione inferiorum quæ magis iuuãtur, & quæ ſuperiorũ 273.25
Exercitatione membris firmitas accedit 75.13
Exercitationes celeres citra robur & violentiam 130.5
Exercitationes crurum 132,12
Exercitationes & opera 122.12
Exercitationes proprię ſingularum partium 127.27
Exercitationis aſsiduæ intercisæq; diſcrimẽ. 131.26
Exercitationes remiſsiores ſine interpoſita quiete fiunt 132.3
Exercitationes reſpirationis, ſunt thoracis & pulmonis ibid.26

Exercitationes robuſtæ 129.11
Exercitationes tantum 122.5
Exercitationes violentæ variæ 137.18
Exercitationum extrinſeca 124.20
Exercitationum genera tria, & quæ ſint cuiuſque partes: & quæ ſint debeantur 45.10
Exercitationum modi 48.18
Exercitationum qualitates ſiue differentiæ & vſus 124.8
Exercitationum variæ ſpecies 128.20
Exercitationum vtendi rationes ab ipſo negotio ſumptæ 124.18
Exercitationibus ineptum corpus 171.17
Exercitia quæ quas partes exercent 132.9
Experiētia pro norma, & quomodo quippiam pro vtili ſcribēdum 177.24
Experientia tātū diſcerni quod ex tota ſubſtantia cōgruit 372.7
Experientia quomodo intelligimus 288.2
Extrinſecus occurſantia parum attinent ad artificē ſanitatis tuendæ 42.6
FAcultates datæ citra docentem 19.21
Faſciarum circumactus 156.17
Febri diaria quomodo laboratur 260.5
Febricitantium victus ratio 42.22
Flauæ bilis retentæ curatio 73.20
Fluxu capitis quæ in laringas proueniunt 350.21
Fluxu capitis quæ in gulam & ventrem 351.5
Fricandi ſenis difficultas 278.12
Fricandum crebrò exigue

gueq; vbi exiguæ vires 277.18
Fricandũ in apotherapia quomodo 151.27
Fricandũ quatenus eſt quũ carnẽ augere deſideramus 117.18
Frictio dura corpus carne dura:& mollis molli implet 98.6
Frictio dura durat & denſat corpora:quare apotherapiæ parum vtilis 151.11
Frictio matutina veſpertinaq; 196.29
Frictio mediocris qualiter fiat 152.20
Frictio media in quantitate & qualitate quo modo ſumẽda 100.15
Frictio mollis corpus ſoluit: dura, indurat: multa adimit & graciliꝰ reddit:mediocris craſsius efficit 95.28
Frictiõis diuiſio 92.16
Frictio mollis ſemper mollit,& dura ſemper indurat 95.11
Frictio multa extenuat & mollis ſoluit: quæ multa & mollis,extenuat & ſoluit 97.12
Frictio præparatoria quæ nam ſit 108. 24 & 113.9
Frictio varios manuũ circumactus cur exigit 80.22
Frictiones continuæ & vehementes excitatiões,quam præparatoriam vacant,ſunt propriæ.157.3.Contrariç apotherapiæ ibid.5
Frictionis, & balnei pueri,qui corporis ſtatu eſt optimo tẽpus opportunum 53.12
Frictionis conditiones & manuum circumactus quomodo faciendi 86.29
Frictionis cum pinguitudine vtilitas 270.2
Frictionis differentiæ

ſecūdū Theonē 92.9
Frictionis differentiæ vnde ſumendæ ibid.
Frictionis conſiderationes 115.10
Frictionis præparatoriç finis & ſcopus 118.9.& 88.10
Frictioni omni cōmune eſt calfacere 103.3
Frictíonem & corporibus vtilem eſſe, & iis quæ corpori condu- cunt 112.18
Frictione dura ligatur corpus, molli ſoluitur multa extenuatur, mediocri craſſeſcit 90.11
Frictiones iam laborātibus particulis admouere non conuenit 174.2
Frictiones rotūdę 276.19
Frictionum differētiæ in reſpectu collationeq; dici 106.8
Frictionum differētiæ ſumptæ à qualitate & quantitate, atq; à coniugatione earundem 104.20
Frictionū quatuor differentię quomodo ſ[illegible]muntur ex virtute & vſu 90.1
Frigida in tertio ſeptēnio nō eſt lauandum quia incremēto eſſe in mora 143.2
Frigida & pituitoſa ſanies quando in calid ventrem defluit, v[illegible] contra 356.
Frigida notam medi[illegible]cris morę quo indica[illegible] 166.3
Frigidæ vſus quēadmodū incipiendū 163.20
Frigido & humido qui ſunt tēperamēto val[illegible]tiores motus quā cal[illegible]di deſiderant 312.14
Frigidum ſi caput & frigidus vēter quibus vtendum 355.29
Frigori ingēti quomodo occurrēdū 197.2

Galenus à quo tempore morbo nõ laborauit 261.13
Galenus in puerili ætate, ephebia, & adoleſcẽtia pſſus fuit morbis non paucis, nec leuibus 260.29
Galenus phlegmonem, bubonem non ſenſit, nec febri laborauit quàm diaria ibid.14
Galeni diaria ex laſsitudine ibid.10
Galeni in amicos & literas obſequia ibi.20
Galeni mos. 343.14
Galeni ſitus temperatus 116.19
Galeni ſponſio artis de ſanitate tuẽda 261.13
Genitum omne vt geniture ſit interitus, cauſas ab initio habet ſecum ortas 16.16
Geniture origo vtrinque ex humida ſubſtãtia eſt 17.13
Gerocomice 277.26
Generatiõis noſtræ primordia, ſemen & ſanguis, in quo diſsident 17.4
Generatiõis noſtræ primordia ſunt ſemẽ genitale & sãguis 16.22
Gymnaſtes quis 76.4
Gymnaſtæ officium 139.18
Gracilitatis præcipuum remedium, pice vngi 346.25
Gracilitatis remedia ante balneum 347.14
Gracilitas vnde 346.26
Gracilium victus, qui in renibus calculos generant 361.21
Hemina libra dicitur 243.21
Hiera picra, excogitata eſt, vt ſuccos craſſos & lentos diſſecet & detergeat 357.1
Hieræ picræ compoſitio triplex ibid.9
Hippocratis breuitas multa complectitur,

proinde non inconſultè legenda 99.18
Hiſtoria de quodam gracili 361.2
Hiſtoria de puello quodã totã diẽ irato quẽ ſordities offendit, & cui mundicies contulit 50.15
Humidi maximè ſunt longæui 333.28
Humiditatis correctio 195.21
Humiditatis ex potione correctio 198.22
Humor calidus à capite in calidũ vẽtrẽ quã curationẽ exigit 355.19
Humor qualis eſt in corpore, tale eius ſerum apparet 216.27
Humore ſemicocto qui abundant in venoſo vaſorum genere, & in reliquo corpore mordacibus laſsitudinem afferentibus, quomodo curandi 219.29
Humores ſemicrudos vinum concoquit & ſomnũ cõciliat 211.28
Humorũ crudorũ quæ ad concoctionem vina faciant 234.4
Humores malè reuocãtur intrò q extra ſunt & forasq intus 236.12
Humores quæ foras euocent 235.14
Humores, qui foris sũt per halitũ leniter educendi: qui verò intus ſunt, attenuandi atque concoquendi 234.6
Humorib⁹ craſsis laborãtib⁹ vtile qd 225.9
Humorũ cõtra craſsitudinem danda 227.6
Hyſſopũ in vino coctũ quibus vtile 236.26
IChores in ventrem debilem quãdo defluũt, quos morbos generant 354.9
Iecur quæ aperiãt: exibendi tempus 328.14
Ignis à natura maximè vĩ ſiccãdi habet 17.19

Imbecillitas actiõis nõ eſt abſolutè morbi no ta,ſed ſolùm quę prę ter naturam eſt 31.1
Impetus materię vehe mentiſsimos contrariè interim effectus edere 158.14
Impropriæ frictionum differentiæ 97.2
Inanitio duplex eſt 77.20
Incrementum ſiſtitur, oſsibus nõ ſequacibus ob ſiccitatem 18.12
Inculpato habitui medicamẽtis aut victu te nui vtẽdũ nõ eſt 364.2
Inæquales corporũ ſtatus ꝑſequitur 349.20
Inæquales ſtatus trifariam fiunt,prout com poſitio corporis noſtri triplex eſt ibid.23
Inæqualitas in diuerſis partibus 40.6
Infantulus primùm quomodo tractãdus, & cur ſale inſpergendus 41.12
Infantium doloris tria remedia 44.18
Inſtrumẽtali in eodem dup.notauit Gal.tẽpe ramentum 40.13
Inſtrumẽtalium partiũ ſanitas ex quibus conſtat 16.2
Intẽperamenti acquiſititij, & naturalis eadẽ eſt prouidẽtia 196.25
Intẽperies calida & frigida efficatiores magis quàm quæ cõſiſtũt ex ſiccitate & humiditate 330.19
Intemperies calida & frigida facilè ſimilibus nutrimẽtis in mor boſam intemperantiam abeunt ibi.24
Intemperies intra ſanitatis terminos ſicciores,humectandæ:humidiores ſiccandæ, frigidiores calfaciendæ,calidiores refrigerandæ 38.26

Intemperies quælibet non diu ſola durat 322.25
Intemperiem æqualem pertractat, idq; ab iis qui præcalidi ſunt au ſpicans ibi.21
Interitus connata neceſsitas 19.1
Iocinoris dolentis curatio 327.29
Iocinoris excrementa 65.20
Ira quid 125.26
Iucundiſsimũ vtile: aduerſum verò quod in iucundum 232.7
Ius album 252.3
LAbor, cibus, potio, ſomnus, venus, mediocria modũ & ordinem denotant 82.10
Labor cibũ præcedat, & labor non excedat ibi.7
Laboris, motus & exercitationis differentia ibi.25
Lac aſininum cęteris omnibus tenuius 362.14
Lac aſinæ tenue ſeroſumque eſt 290.13
Lac capræ mediocris ſubſtantiæ eſt ibi.14
Lac ex vitioſo paſcuo quale 289.26
Lac matris optimum & propriũ pueris 43.25
Lac quibus exhibendum 291.5
Lac præbens abſtineat à venere 51.21
Lactis alimento vtendum 42.7
Lactis boni cõtrariíve notæ 52.12
Lactis cõmoda 288.14
Lacte vtentiũ exempla 288.8
Λάρυγξ quid 350.19
Laſsitudo phlegmonoſa vnde 104.13
Laſsitudo quę ſanorum ſymptoma eſt 202.22
Laſsitudo tẽſiua 204.8
Laſsitudo valida & immodica; & ſiccitas in tẽperato iuuene quomodo

modo curentur. 199.8
Laſsitudo vlceroſa acrẽ humorem habet & in ſolidis corporibus, & intra venarum ſinus 208.10
Laſsitudo vlceroſa qua arte curatur 212.14
Laſsitudinis phlegmonoſæ curatio 249.29
Laſsitudinis ſymptoma 203.22
Laſsitudinis affectio. ibi.29
Laſsitudinis tẽſiuæ curatio 173.16.& 249.9
Laſsitudinis vlceroſæ cura cum cruditate 221.15
Laſsitudinis vlceroſæ curatio variat pro diuerſa diſpoſitiõe corporis affecti 206.25
Laſsitudini quis motus accedit 205.14
Laſsitudinẽ vlceroſam quid creat 205.16
Laſsitudinum cõpoſitarum remedia 186.20
Laſsitudinum curationes 171.5
Laſsitudinum quæ ſint ſymptomata & affectiones 168.15
Lauãdũ quando, & quã do frigida 143.20
Laxitatis emendatio 158.17
Laxũ coactum, conſtrictũ colligatum 111.11
Laxum, liberum excrementis exitum præſtat 151.16
Liberi & tẽperati apotherapia cur vtantur 150.13
Libri enarratorii quæſtiones diluunt 101.2
Lini ſemen ſi in aqua cõcoquas, refrigerãtẽ cremorẽ efficit 371.8
Luctæ motus 129.11
MAnuum circumactus quomodo variari poſsit 88.15
Maraſmus quidam ſenium ex morbo eſt 298.29

Materia cauſarum ſalubrium in quo cōſiſtit 76.19
Materiæ quadruplex genus 299.19
Medēs aliis,& ipſe vlceribus ſcatens 259.28
Medicamen ex caricis 297.11
Medicamē ex chamæmelo 296.2
Medicaminis compoſitio effectus variat 240.15
Medicaminis compoſitio quod ex abiete fit 242.2
Medicamentum ad omnem laſsitudinē efficax 244.5
Medicamentū ex populi floribus ibid.9
Medicamentū quando nullū copiosè eſt exhibendum 297.24
Medicamētū ad appetētiā excitādā & ad concoctionē vtile 374.8
Medicamento non ita ei[illegible] prōptè educi pōt malus ſuccus,qui imbibitus eſt in carne & viis anguſtis,vt qui continetur in capacioribus locis 207.14
Medicamēta varianda eſſe,& cur 297.5
Medicamenta tenuiſsima in habitum ferri, craſſa in ventre morari 239.26
Medicamentorum ſtomachicorum craſsitudo 374.25
Medici & philoſophi officia 47.4
Mediocritas ex omni genere adhibēda optimō ſtatui, & quomodo ſumatur 141.21
Mel malū,multum ſpumæ emittit 232.20
Mel optimū, & curiosè deſpumatum, cui miſcendum 240.22
Mellis delectus 230.8
Mēbra robuſta fiunt, & ſūmas vires obtinēt in

incremēti ſtatu 18. 16
Mercuriali vēter adſtrictus ſoluitur 296. 25
Methodi ꝓpriũ 110. 10
Myrti ſicca folia vitioſo ſtatui aſpergenda 42.2
Myſia duplex 280. 28
Mollis & humidi diſcrimen 267.1
Morbus & ſanitas habent rationem cauſæ efficientis 32.23
Morbus omnis, præter naturam ibid.3
Morbũ vt in affectione cōſtitutioneq́; corporis conſiſtere, ita & ſanitatē opottet 34. 16
Morbo grauati in ſene ctute qui ſalubrē naturam ab ortu nacti erant 262.14
Morbi ex intemperantia, ignorantia, aut vtroque 263. 11
Morbi qui ex plenitudine oriuntur 313.22
Morborum ſemina in nobis ſenſũ effugiunt 30.18
Motus citra voluntatē ſuſcepti qui ſunt, & à quibus cauſis varientur 133.19
Motus ex parte rationali, appetitoria, & animoſa, modũ excedēs, bilioſum reddit animãs: citra modũ verò ſubſiſtēs, frigidum & pituitoſum 41.27
Motuum omniũ vires nouiſſe, artis ſanitatis tuēdæ munus eſt 136. 29
Motus qui non pertinent ad artē ſanitatis tuendæ ibid.19
Motus qui actiones nō ſunt, triplices perhibētur 135.5
Motus qui viſcera concutiant ibid.22
Motus quos corpore exercēt omnes homines, artifices iuxta inertesq́;, eorũ ignorãt

vires 138.18
Motuũ ſingulorũ vires nouit Galenus 137.16
Mouemur aut à nobis ipſis, aut ab aliis, aut à medicamento 45.12
Muſculorum tenſio in triplici opere 155.22
Mutatio fit aut in qualitate, aut in quantitate. 77.16
Mutatio pulſus ex naturali calore varia 134.16
Mutationes in corporibus vnde fiunt 37.21
NAtura ipſis inſtrumẽtis quales facultates inſeruerit 21.3
Natura laborantis interdum medicamẽtũ non admittit 207.18
Naturæ progreſſum qui eſt ad ſiccitatem effugere corpori non licet 333.24
Naturæ hominum numeroſæ 258.19
Naturales functiones à pueris bene fiũt 36.5
Nulla materia eũ latere debet qui vult eſſe peritus ſanitatis tuendæ 76.1
Nutricis conſideratio 51.7
Nutrimẽtũ quando puero exhibendum 53.19
Nutrimenti crudi incommoda 254.9
Nutrimẽti omnimoda prohibitio quomodo ſtomachũ lædit ibid.
Nutrimẽ. per venas ad ſingulas partes diſtributio 256.12
Nutritio quando fit 309.12
OBeſitatis curatio. 348.4
Obliquum quod recti tranſuerſiq; planè eſt medium 88.27
Obſtructio cutis vnde 190.6
Obſtructio ex vinis leuior 284.19

Obſtructionis remedium 344.9
Obſtructiõis remedia etiã ad tardam concoctionẽ facere ibi. 19
Obſtruunt & purgant quæ 158.17
Oculi quare meatus habeant, quibus repurgentur 72.20
Oculorũ prouidẽtia parocheteuſis dicitur, & quibus roborentur oculi 365.4
Olea & vnguenta mediocriter calfacientia & relaxãtia 191.11
Olea ex betę, cucurbitæ agreſtis, althææ, vitis albæ, radicib⁹ 246.24
Oleũ anethinũ per halitũ digerit, ſiue ſolũ, ſiue cum cera ibid. 8
Oleum emplaſticã habet vim 348.1
Oleum habeatur quod halitum educit flore expreſſo per tres mẽſes 244.24
Oleum circũfundi corpori quando debebit 152.1
Oleum quibus tantum infudit Gal. 298.1
Oleũ roſmarinũ fit quũ roſmaris herba oleo incoquitur 246.20
Oleũ ſampſychinũ hyeme, regione tẽpeſtate frigida idoneum medicamentum 246.8
Oleũ tenue nullam adſtringendi vim habet 244.15
Opera trifariam vſurpari 122.24
Opera media & per cõiugationẽ quomodo ſe promant 103.18
Optima natura ne momẽto quidẽ durat 38.5
Optimã corporis curã quib⁹ prorſus ſcripſiſſe ſuptuacuũ ſit 80.24
Optimum in omni rerum genere vnũ eſt, vitioſa verò plurima ſunt 321.18

C

Optimum corpus veluti regula Polycleti eſt 116.17
ὀ ξύνοπον 170.4
Ouilla quibus decens 285.15
Oxymeli variandũ pro ſumẽtis guſtu 231.22
Oxymelitis compoſitio ibid. 10
Oxymelitis cõpoſitio, mel, acetum aqua miſcenda ibid. 12
PAnis qualis eſſe debeat 185.22
Papilla ori indita infantium doloris lenimen eſt 44.19
Partis cuiuſq; officium quando minus probè adminiſtratur 18.20
Partes læſæ non omnes ſunt roborãdę 364.29
Partes quare vrgeãtur, vt nõ commodum alimentũ rapiãt & vnde requirant 254.7
Paſcua ad lactis bonitatem cõferuut 289 17
Pædotriba ita eſt gymnaſtæ miniſtrũ, veluti medico coquus 139.9
περίτ]ωμα 20.26
Phlebotomia quando vſque ad animi deliquiũ celebrãda 250.22
Phlegmonoſa laſsitudo vñ naſcitur 204.12
Phlegmonoſæ laſsitudinis curatio 174.29
Pili vnde 67.24
Pinguẽ quẽdam paruo tempore ad mediocritatem carnis quibus reduxit Gal. 348.16
Piper albũ ad exactum liuorem contritum & aquæ miſtum iuuat, ſi frigidus humor in frigidum defluat ventrẽ 356.21
Piperis albi vtilitas 226.8
Piper longum adulteratum duplex, & piperis delectus 229.1
Piperis longi vtilitas 225.25

Pituitoſi ſucci in frigidum ventrem delapſi curatio 356.17
Plethora eſt ſuccorum æquabiliter ſe habentiũ redũdantia 189.5
Plethorici qui ſuccis æquabiliter ſe habentibus nimium abundát 119.9
Podagricorũ & nephriticorum remediorũ differentia 363.11
Pori in toto ſunt corpore, nedum cute 67.3
Præſagire & mederi vnica ratione fas eſt, ſi vniuſcuiuſque ſimplicis negotii vis ſciatur 189.18
Præſidiũ cõtra nocturnas imaginationes 371.11
Propenſi ſuapte natura ad exercitia & muſicam 44.24
Prouidẽtia eorum qui imbecillitate & leui cauſa lædũtur 364.23
Prouidẽtia duplex eorum qui ex nimis acuto neruorũ ſenſu aſsiduè dolent 353.28
Ptiſanæ cremor cur vtilis abũdantibus craſſis humoribus 122.19
Pubertatis initiũ 324.1
Pudore affectorũ ſpũs, vt eorũ qui perturbãtur, nõ quieſcit 126.6
Puer nõ diu vehemẽter fricandus 87.24
Puer poſtquàm dentes emiſerit, quomodo nutriendus 52.26
Puer quomodo fricandus 53.11
Puero vinũ inhibendũ 57.18. & quare 58.16
Pueri animus anno decimoquarto fingẽdus 62.9
Pueri tẽperamentũ calidum eodẽ gradu quo pri⁹: humidũ verò nõ eodẽ quo prius 61.20
Pueri thoracem qui à reliquarum partium ſym

ſymmetria non parũ aberat, curauit Gale. 299.26
Pueri nõ ſunt plus ęquo calfaciendi & humectandi 57.25
Pueri quæ exigunt vſque in tertium annum á natali 51.5
Puerorum naturales facultates 44.11
Puerorum temperamẽtum calidum & humidũ, proinde ſi paululum vtranuis qualitatẽ auxeris, modum iam excedent 57.23
Puerorum victus ratio humida 42.8
Pueris quãdo equitare licet 45.23
Pueris ſolidior cibus quãdo exhibẽd' 52.28
Pueros circa à ſecundo ſeptennio vſq; ad expletum tertium, quid agendum 62.15
Pueros frigida nõ abſtinendos 58.24
Pueruli corpus molle quàm diutiſsimè ſeruandum eſt 57.7
Pulſus mutandi cauſa 154.7
Puluis pinguis 276.24
QVæ vẽtrem aſtrictum laceſſunt, ſtomachũ imbecillũ ſubuertunt 358.28
Quæſtio an ad ſanitatis tuẽdæ artẽ, calidi, frigidi, humidi, & ſicci cura tantũ habẽda ſit, & extrinſecus offendẽtia alicuius artis mũneri ſubiaceãt 22.22
Qualitatis demptio 340.29
Qualitatũ duplex oppoſitio 223.11
RAtionis duplicis eſſe id quod maius eſt 187.4
Redundantiæ cauendæ ratio 340.13
Regione in intẽperata nõ põt natura irreprehenſibilis gigni 116.6

Remiſsionis initium. 224.4
Renes ſi calculũ creãt, & corpus ſit gracile inæqualis compoſitio eſt, quæ nulli in malitia cedit 360.23
Res quomodo cõpendio traduntur 100.24
Robur quãdo omnibus minuitur poſt ipſam ſummi vigoris ætatẽ 324.6
Roſaceum optimũ vnde 353.14
Ruta cur ſiccanda 226.20
SAnguis bilioſus & pituitoſus vnde 218.14
Sanguis bonus exiguus non detrahendus, copioſus, audacter mittendus 219.11
Sanguis crudus ſemicoctus, prorſus crudus paulò deflectens à ſanguinis forma, & ſanguificationis veluti vna pars 218.27
Sanguis optimus vnde naſcitur 51.15
Sãguinis miſsio in laſsitudine phlegmonoſa q̃re ſit iterãda 252.25
Sanguinis qualitatum præpollentia 17.7
Sanguinis vbi redũdantia grauat, quid agendum 249.16
Sanitas apud oẽs ſymmetria quædam eſt 26.29
Sanitas vt ſanitas eſt, ab alia ſanitate non differt 28.15
Sanitas vbi dicatur eſſe 29.28
Sanitas inſtrumentaliũ partium in quo conſiſtat 24.6
Sanitas latitudinẽ hñs medii tẽperamenti & nulli vitio obnoxia, quo ſẽſu ꝑcipiat 36.26
Sanitas morbũ præcedit & tempore, & dignitate 15.17
Sanitas optima propter aſsid

aſsiduas mutationes non contingi, & quæ ſunt ea quibus continuè mutemur 37.19
Sanitas quomodo ſumenda 26.29
Sanitas ſimilarium partium quid 24.7
Sanitas ſymmetria quædam 25.9
Sanitas ſumenda non eſt relatione facta ad quemlibet 30.28
Sanitatis cuſtos optimus 16.4
Sanitatis latitudo 33.1
Sanitatis perfectam cognitionem qui libri docent 24.19
Sanitatis inculpatæ ſcopus 38.18
Sanitatis ratio eſt vtriuſq; facultatis inueniendæ 15.22
Sanitatis ſymmetria duplex 25.10
Sanitatis tuendæ ars quæ promittit 264.3
Sanitatis tuendæ ars vniuerſa quomodo habetur 268.8
Sanitatis tuendæ artis expertus Gal. 260.16
Sanitatis tuendæ Galeni præcepta 259.4
Sanitatis tuendæ moderatio, niſi qui ſe ſubmittant, cōmoda ſentiunt maxima 40.22
Sanitatis tuendæ non leuis portio eſt exercitatio, & laſsitudinis præcautio 202.9
Sanitatis tuendæ opus ignorantiæ medetur 263.14
Sanitatis tuendæ propoſitum quod 2.9.11
Sanitatis tuendæ ſtudium in tribus conſiſtit 76.11
Sanitati latitudo eſt 30.15
Sanitatē penitus ignorātes, nec præſentem ſeruare, nec amiſſam reſtituere poſſunt 15.25

Sanitatem quærimus ad vitæ functiones, & vt moleſtia careamus 29.24
Sanitatẽ q tuetur, quæ habere debeat 113.13
Sanitates variæ quæ in latitudine ſpectantur, non differunt ſpecie, ſed ſolum ſecundum magis & minus 28.6
Sani ſunt non ſolũ quorũ mẽbra abſolutiſsimè ſuas operationes faciũt, & cætera 29.6
Sanum dicitur magis & minus, vt album 25.21
Sanum recipere magis & minus, demonſtratione duplici 25.26
Scirrhos quid 70.23
Semen & ſanguis ex iiſdem genere elemẽtis conſtant 16.26
Semen licet humidum fluxileq; ſit, ſanguine tamẽ eſt ſiccius 17.11
Senectus quid 298.22
Senectus quomodo dicitur morbus 31.27
Senectus triplex 317.4
Senis qd ꝓpriũ 294.11
Seni cur conſueto opere vtẽdũ ſit, etiã ſi modicè noxiũ ſit 300.27
Senes cõſuetis laboribꝰ ſunt exercẽdi 272.19
Senes humidos eſſe falsò nonnullis quid perſuaſit 331.6
Senes leuiſsimis rebus offenduntur, iuuenes grauiſsimis reſiſtunt 278.25
Senum corpus dimouendum 269.15
Senũ exercitatiões per valentiores corporis partes obeũdę 272.6
Senum particulæ quo habitu ſint 331.10
Senũ tẽperamẽtum qui ex toto nõ nouerunt, qd eos feſellit 294.11
Senibus inutilia quæ craſſum efficiũt ſuccum 283.23

Senibus quorum multus vſus cauendus 285.3
Senibus ſolis imbecillis partibus non exercitari ſuadet Galenus 274.16
Senium ex morbo 298.26
Senium frigidum & ſiccum qualiter corrigatur 269.4
Senium ſiccitate fit 18.18
Senibus ſalita omnia meliora ſunt recentibus 285.22
Seruanda ſunt quorum beneficio functiones obeamus 35.12
Siccus habitus quid indicat 268.5
Siccitatis culpa omne genitum corpus mortale fit 332.17
Siccum principiũ quouſq; generationi immiſcendum 17.25
Similago damnatur à Galeno 286.25
Similarium partium ſanitas, calidi, frigidi, humidi, & ſicci ſymmetria eſt 15.27
Similarium partiũ eucraſia, inſtrumentalium forma,poſitura, numerus,magnitudo functionum cauſæ 35.14
Similibus vnũquodq; ſeruatur,cõtrariis autem alteratur 43.12
Symmetria duplici ratione: & perficitur & dicitur 25.10
Symmetriam in ipſis membris concludunt variam elementorũ varia edita opera 26.20
Simplex, inculpatumq; in omni genere ceteris omnibus nec ſimplicibus nec inculpatis ceu regula quædã præponendum 81.16
Symptomata morboſa
ad

ad quam artem ſpe-
ctent 201.16
Syndrome 305.15
Singulis quod idoneũ, ſit duplex 329.24
Somni à balneo vtilitas & cauſa 220.26
Sordities in ſomno corporis vnde 67.24
Spiritus cohibitio exercitatio quædam eſt muſculorum, & quorum 136.11
Spiritus cohibitio quid ſit, & quomodo non exigua portio eſt apotherapiæ 153.10
Spiritus cohibitus peſſundatur ad tranſuerſum ibidem 15
Spiritus efflatur cũ maxima tenſione muſculorum qui coſtis inſident, qui ſunt in abdomine 155.12
Spiritus vehemẽter impulſus quid agat 157.23
Status in ſeruili vita inculpatus 336.19
Stegnoſis quid, & vnde 190.1
Subiectum quod à recto paululum vtroq; verſus recedit 88.25
Subſtantia effluxa quomodo reparatur 19.23
Subſtãtia genituræ non potuit humida ſeruari pro partium conſtitutione 17.15
Subtranſuerſum quid 88.23
Succus crudus vbi in primis venis eſt; quã curam exigit 247.12
Succus mali cydonii 241.20
Succus crudus craſſus, non tamen perpetuò glutinoſus 341.26
Succi abundantis notæ ex ſomno & vigilia 221.16
Succi herbarum frigidi 370.21
Succi mali diſcernendi notæ 213.14

Succos colligit crudos poſt inanitionem priſtina dixta 252.20
Succos in primis venis crudos habentes, nec lauandi, nec exercitãdi ſunt 225.4
Succos qui congerunt, vitioſos ii non perinde vt qui redundantiã cogunt, vni tantũ rei ſunt intenti: quandoquidem nec vnica eſt vitioſi ſucci ſpecies 341.9
Sudor quis 67.11
Sudoris qualitas conſideranda 214.10
Suilla vehemens exercitiũ deſiderat 341.3
Telephus grãmaticus ferè centũ annis vixit 280.11
Temperamentum calidum 325.21
Temperamentum calidum, & humidum fluxionũ vitiis obnoxium eſt 313.1
Temperamentũ æquale magis nutrit id quod iucundius eſt 329.16
Tẽperamentũ ἔυσαρκες laudabile 37.8
Temperamentũ frigidum & ſiccum ſenum quàm ſimillimum eſt tẽperamento 298.22
Temperamentũ frigidum, & tres frigidi temperamenti differentiæ 334.27
Temperamentum frigidum quod cum humiditate cõiungitur, malum 335.22
Temperamentũ optimum optimos mores facit 46.15
Temperamenti calidi triplex natura 325.20
Temperamentis ex cõtrariis contrariæ habitudines ortæ ſunt 37.2
Temperata à minimo non perdunt actionẽ ſuam

ſuam 33.15
Temperatæ naturæ omnis præceptũ quoddam commune. 313.1
Temperatum corpus quomodo eſt ſibiipſi menſura 120.14
Temperies optima in adoleſcentia corpus obtinet 323.19
Temperies optima nõ eſt ſupra iuſtum calidis, frigidis, humidis, & ſiccis 36.17
Tẽperies ſicca omniũ peſsima 335.4
Tenſio partium, & ſpiritus cohibitio cur adhibentur in apotherapia. 152.14
Tenſiua laſsitudo tenſionis ſenſum habet, quoties ſua ſponte incidit 204.8
Tenuiſsimum excremẽtum quomodo facilè eiicitur 67.7
Terebinthina reſina 296.29
Theonis redargutio 96.22
Theonis ſententiam ex Hippocrate ſumptam eſſe 94.22
Theophraſtus integrũ volumen de laſsitudinibus ſcripſit 166.28
Theriaces vſus ſenibus 286.5
Tibia ſonantes 155.18
Tranſpiratio, perſpiratio, perflatus ſenſum fugiens 67.17
Tranſuerſum quod recto eſt cõtrariũ 88.21
Vacuatione à maiore maiorẽ ſubſequi aſtrictionem 297.28
Valetudinaria corpora duplicia 321.29
Vas duplex quale 245.11
Vaſa ſanguinis ſpiritúſque flatu in latum aguntur 18.15
Vaſorum anguſtia vnde 70.12

Vehementiæ terminus quæ exercitationem facit 83.7
Vehiculo quando geſtari oportet 45.21
Vena humeralis quando interna aut media ſit ſecanda 251.13
Vena inciſa quid agendum ſi non febricitent ibid.12
Vena quare bis eodem die ſecanda 250.25
Venæ inteſtinorum nutrimentum in tenuioribus inteſtinis rapiunt 256.14
Venarum & arteriarũ excrementa 65.29
Venas ſuccum complecti quibus æſtimabimus 208.14
Venter puerorum fricandus poſt concoctionem 53.12
Venter intemperanter calidus cum frigido capite quomodo curatur 358.12
Venter quem non probè concoquit panem 255.11
Venter plenus ſi fricetur, quæ pericula ſequuntur 199.16
Venter quorum debilis eſt, & corpus bilioſum, victus ratio qualis 354.9
Venter ſua ipſius cauſa nutrimentum cur ſuſcipiat 256.6
Ventris circa cibũ functiones ibidem.29
Ventris intemperies ab iis quæ foris incidunt 70.1
Vẽtris intemperies ab iis quæ intus ſumuntur 69.23
Vẽtris intemperies vnde creantur ibi.21
Ventri frigido, aut etiã temperato, ſed ad frigus propenſiori, dioſpoliticõ cõfert 358.2
Ventri quæ congruunt vnguenta 355.6
Ven

Ventre pleno & muſculis vicinis malè affectis quid agendum 199.22
Venus quibus aduerſa eſt 335.14
Venus ætate florentibus tantum eſt accõmoda 82.19
Venus ſiccis temperamentis inimiciſsima 332.13
Verecundis augetur calor 126.1
Veritatis cognitio difficultates ſubmouet 29.18
Veſpertina frictio quibus vtilis 199.1
Veterum libros interprete egere docet Galenus 106.1
Victus ad laſsitudines idoneus 177.8
Victus ratio eorũ qui bilem in ventre creãt 342.14
Victus ratio eorum qui genitale ſemen calidum copioſiusq; reddunt 369.24
Victus ratio frigidorũ & ſiccorum 335.7
Victus ratio vnica conuenit habentibus ſtomachum imbecillum & ventrem aſtrictum 359.6
Victus recta ratio mores ꝓbos reddit 40.25
Victus ſpeciem quatenus intendere, remittere, aut augere oporteat 332.25
Vinum ad podagricos omnes affectus & articulares vtilius 245.24
Vinum adultis cur incommodat 58.3
Vinum quæ commoda affert 211.28
Vinũ flauum albo calidius, ſi colorem ſpectes 282.8
Vinum flauum calidius ibidem 19
Vinũ frigidis & ſiccis tem

temperaturis vtiliſsimum eſt 314.12
Vinum fuluum ad cõcoctionem facere, tenue albúmve ad vrinas 234.6
Vinum melle conditũ podagricis aptum & calculoſis 284.7
Vinum ſicuti pueris eſt alieniſsimum, ita ſenibus eſt aptiſsimum 280.24
Vinum ſuccis attenuatis adminiſtrandum 223.26
Vini delectus tenuis & craſsi, & vina craſſa & nigra mali ſucci eſſe, & tardè penetrare 234.17
Vini incommoda 58.5
Vini pallidi, flaui, ac pinguis cõmoda 282.27
Vini qualitates pro ſenibus 281.23
Vino aliquibus dilutiore ſtomachus ſubuertitur, meraciore caput tentatur 231.25
Vina calidioris naturæ 280.25
Vina craſſa, dulcia, & nigra cur fugienda ſunt 284.27
Vina quæ in ventre diu morantur, ſeni inepta ſunt 283.7
Vina quibus naturis danda 314.12
Vlceroſæ laſsitudinis curatio 171.20
Vlceroſus ſenſus 203.22
Vltionis appetentia eſt iræ acceſſorium, non autẽ eſſentia 125.29
Vnctiones frigidæ ex papauere & mandragora cauendæ 371.26
Vnctiones quæ ventri extrinſecus admouẽtur quales eſſe debeant 355.6
Vnguentum foliatum nardino præſtantius, & eius operationes ibid